

स्वप्नलोक

हरिमोहन शर्मा

भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन

- सपनों की दुनिया यथार्थ से कहीं अधिक रंगीन, अधिक मोहक, अधिक लुभावनी, अधिक रोमांचक या अधिक भयावह, अधिक शमगीन या द्रावक होती है ।
- स्वप्न कल्पना मात्र नहीं, प्रत्युत एक पूर्ण विज्ञान है ।
- सपने में अवचेतन मन अधिक सक्रिय होता है और हम जाग्रत अवस्था से अधिक प्रज्ञावान्, अधिक संवेदनशील होते हैं ।
- सपने अपनी प्रतीकात्मक भाषा में कहीं हमें परामर्श और निर्देश देते हैं, कहीं मार्गदर्शन करते हैं ।
- वैदिक युग से लेकर अब तक स्वप्न-विषयक जितना चिन्तन देश-विदेश में हुआ, उस का नवनीत.....

स्वप्नलोक

सादर
श्री धर्मवीर भारती
को

स्वप्नलोक

*

हरिमोहन शर्मा



भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन

लोकोदय ग्रन्थमाला :
सम्पादक एवं नियामक
लक्ष्मीचन्द्र जैन

ग्रन्थांक : ३१४
प्रथम संस्करण : मार्च १९७१



स्वप्नलोक
(स्वप्न-निबन्ध)
हरिमोहन शर्मा



प्रकाशक

भारतीय ज्ञानपीठ

३६२०/२१ नेताजी सुभाष मार्ग, दिल्ली-६

मुद्रक

सन्मति मुद्रणालय,
दुर्गाकुण्ड मार्ग, नाराणसी-५

SWAPNA-LOK

(Dream-Essays)

Harimohan Sharma

Published by : BHARATIYA JNANPITH,

3620/21, Netajee Subhash Marg, Delhi-6

(Phone : 272582. Gram. : 'JNANPITH', Delhi-6)

Price

Rs. 10/- Only

मूल्य : दस रुपये ।

निवेदन

यह पुस्तक आदि से अन्त तक स्वप्नविषयक अनेकानेक मौलिक और आधुनिक तथ्यों एवं विचारों से ओतप्रोत है, पर इस में स्वयं मेरी मौलिकता केवल इतनी है कि मैं ने इन बिखरे हुए तथ्यों और विचारों को बीन-बीन कर तारतम्य से एक साथ पिरो कर प्रस्तुत कर दिया है, जिस से इन्हें एक स्वरूप मिल सके ।

इस पुस्तक में मैं ने जिन पुस्तकों और पत्र-पत्रिकाओं की सामग्री का सहारा लिया है, उन के लेखकों और प्रकाशकों के प्रति मैं हृदय से आभारी हूँ । प्रत्येक उद्धरण या अवतरण का सन्दर्भ यथास्थान दिया गया है । यदि आभार-स्वीकृति में किसी उद्धरण या अवतरण का उल्लेख भूल या असावधानी से रह गया हो, तो लेखक क्षमाप्रार्थी है ।

पाठकों से अनुरोध है कि वे पुस्तक में भ्रजान या असावधानी के कारण रह गयी भूलों की ओर लेखक का ध्यान आकर्षित करें तथा पुस्तक को और अधिक ज्ञानवर्द्धक और उपयोगी बनाने के बारे में अपने मूल्यवान् सुझाव अवश्य भेजें ।

यदि इस पुस्तक को पढ़ कर पाठकों के मन में सपनों के बारे में इस से भी अधिक जानकारी प्राप्त करने की इच्छा जाग्रत् हुई, तो मैं अपने श्रम को सार्थक समझूँगा ।

—हरिमोहन शर्मा

बम्बई, १ जनवरी, १९७१

सपनों की रहस्यमयी दुनिया

....

१-५५

* जगत् की स्वप्नवत् विचित्रता १, * आत्मा का नवमूल्यांकन—सपनों के माध्यम से २, * फ्रायड-वेदवाणी के नूतन प्रवक्ता ४, * प्राचीन काल में दुःस्वप्न ६, * प्राचीन भारतीय स्वप्न-सिद्धान्त ७, * सपनों द्वारा आत्म-साक्षात्कार सम्भव ८, * योगनिद्रा में सूक्ष्म लोकों के दर्शन ९, * बन्धनमुक्त स्वप्नों में आत्मा का परलोक-विचरण १०, * योगनिद्रा में मृत्यु से साक्षात्कार ११, * सपने के अन्दर एक सपना १२, * प्रेरित और सम्प्रेषित स्वप्न १४, * स्वप्न-जीवन, एक दोहरा जीवन १५, * भविष्यवाणी करने वाले ऐतिहासिक सपने १६, * टीपू सुल्तान के विस्मयजनक सपने २०, * एक प्रख्यात भविष्यसूचक सपना २२, * बाइबिल स्वप्नकथाओं का भण्डार २२, * सपने—मानवता की स्थिति के निर्णायक २३, * सपनों की ऋणी जॉन ऑफ ऑर्क २६, * प्रत्यक्ष घटनासूचक सपने २६, * सपने में भयानक हत्या का पूर्वाभास २७, * मौत के आरपार देखने वाले सपने ३२, * सपनों की भविष्यवाणी : अन्धविश्वास नहीं, वैज्ञानिक सत्य ३३, * जब सपने प्राणदायक बने ३५, * अविश्वसनीय सपना, जो सौ फी-सदी सच निकला ३८, * जब नियति सपने में साकार होती है ४०, * दिवास्वप्न—हमारे सर्वोत्तम सलाहकार और सहायक ४३, * अप्रत्याशित भावी घटनाओं का पूर्वदर्शन—सपनों द्वारा ४४, * कुछ स्वप्न-सृजित चमत्कार ४६, * साधारण व्यक्तियों के स्वप्नसम्बन्धी असाधारण अनुभव ४७, * सपनों के छद्म पर सच्चे प्रतीक ५०, * क्या सपने रोगों की भविष्यवाणी कर सकते हैं ? ५३ ।

स्वप्नों के हाथ सर्जक की लेखनी

....

५६-७६

* स्वप्नों और साहित्य का सीधा सम्बन्ध ५६, * सपनों की अनुकृतियाँ—ये कथाकृतियाँ ५७, * एक दुःस्वप्न : एक उपन्यास की आधारभूमि ५८, * सपनों के सहारे—बोध के उच्चतम स्तर पर ६४, * सपनों के

प्रकाश में नयी राहों के दर्शन ६६, * कविता का जन्म दिवास्वप्नों में ७०, * स्वप्नसंचरण-सृजन की आवश्यक शर्त ७१, * अमर कला के जनक-क्षणभंगुर सपने ७५ ।

● स्वप्नविज्ञान : प्रगति का मूल्यांकन ७७-१०३

* जागना सोने से ज्यादा जटिल प्रक्रिया ७७, * हम क्यों सोते हैं ? ७९, * कृत्रिम निद्रावस्था ८२, * निद्रा-चिकित्सा-पद्धति ८५, * सपने-मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य ८५, * स्वप्न-भ्रमण के विचित्र प्रसंग ८७, * सपनों में नयी भाषाएँ सीखिए ८९, * स्वप्न क्यों दिखाई देते हैं ? ९१, * तीन आधुनिक दिग्गज स्वप्नशास्त्री ९३, * सपने-धर्मों की उत्पत्ति के मूल में ९५, * सपनों के राजपथ पर मानव के सफलता के चरण ९६, * सपने-वैज्ञानिकों की दृष्टि से ९७, * स्वप्नों की व्याख्या १०१, * सपनों की निराली भाषा १०२ ।

● सुन्दर सपने : सफलता का रहस्य १०४-११२

* सम्मोहन की अपरिमित शक्ति का रहस्य १०४, * आत्मबोधन की उप-योगिता १०५, * आत्मसम्मोहन के जीते-जागते चमत्कार १०७, * अपने कल्पना-चित्र के अनुरूप बनिए ११० ।

● असली सपने : वैज्ञानिक व्याख्याएँ ११३-१५६

* सपनों में प्रतीकों का सफल प्रयोग ११३, * स्वप्न-व्याख्याओं के खतरे ११४, * अवचेतन का निस्सीम विस्तार ११६, * असली स्वप्नों की वैज्ञानिक व्याख्याएँ ११८ ।

सपनों की रहस्यमयी दुनिया

आइए, एक ऐसे लोक की यात्रा करें जो उस लोक से सर्वथा भिन्न है, जिस में आप इस क्षण जी रहे हैं।

इस अद्भुत लोक की यात्रा के लिए किसी अन्तरिक्ष-यान पर सवार नहीं होना है, और न विशेष तैयारी ही करनी है। सिर्फ़ सो जाइए और देखिए—अपने ही अचेतन मन की अथाह गहराइयों में दबे इस रहस्यमय लोक—स्वप्नलोक—की यात्रा आरम्भ हो गयी।

जगत् की स्वप्नवत् विचित्रता

जब आप कोई असामान्य सपना देख कर जागते हैं तब कैसा लगता है आप को ?

नहीं लगता कि आप एक ऐसी नयी-नवेली, निराली, नशीली और रंगीन दुनिया की सैर से लौटे हैं जो अवास्तविक होते हुए भी वास्तविक लगती थी, जहाँ भूत, भविष्य और वर्तमान एकरूप हो गये थे, और जहाँ आप एक से अनेक हो गये थे—सपनों में चल रहे नाटकों के पात्र भी, उस के निर्देशक भी और स्वयं उस के दर्शक भी, जहाँ आप अपने को वर्तमान की अपेक्षा अधिक समझदार लग रहे थे।

काश ! आप की इस स्वप्न-यात्रा का चलचित्र तैयार हो सकता, तो वह निश्चित रूप से आप की ही नहीं, मानव-लोक की किसी भी कृति से कहीं अधिक व्यापक, कलात्मक, व्यंजक, विचित्र, रंगीन और प्रज्ञावान् होता !

आप ने अनुभव किया होगा, सपना कैसा भी हो, अति सुखदायी या अति दुःखदायी, नशीला या डरावना, उस का खुमार या आतंक काफ़ी देर तक मन पर छाया रहता है। और, जब तक यह प्रभाव मन पर रहता है, यह सुध नहीं रहती कि जाग रहे हैं, या दुबारा कोई और सपना देख रहे हैं। ऐसे क्षणों में सारा जगत् ही स्वप्नवत् लगने लगता है। स्वयं जीवन भी एक लम्बा सपना लगता है।

जीवन और जगत् को इस स्वप्नवत् विचित्रता को ही आंग्ल कवि स्विनबर्न ने इन शब्दों में व्यक्त किया है :

स्वप्नलोक

A dream, a dream is it all—the season
 The sky, the water, the wind, the shore ?
 A day—born dream of divine unreason
 A marvel moulded of sleep—no more ?

‘सब कुछ स्वप्न ही है—स्वप्न ही—ऋतु, आकाश, जल, वायु, तट ?
 दिन क्या है ? दिव्य निर्बुद्धिता की कोख से जनमा सपना
 नींद के साँचे में ढला एक कौतुक—बस ?’^१

हम काल को उस के खण्डित रूपों—मिनट, घण्टे, दिन, महीने और वर्ष—में ही जानते हैं। पर, सपने काल की इस सीमा में नहीं बँधते। क्षण भर में भूत और भविष्य की अनेक अनुभूतियाँ सपनों में साकार हो सकती हैं।

सपने क्या है, यह प्रश्न सृष्टि के आरम्भ से ही मानव के सामने रहा है। अलग-अलग युगों में, अलग-अलग व्यक्तियों ने अपने-अपने अनुभवों और अपनी कल्पनाओं के आधार पर सपनों और उन की निराली ‘भाषा’ को समझने का प्रयत्न किया है। सपनों को ले कर वैज्ञानिक प्रयोग बराबर चल रहे हैं। पर, कोई कभी भी साहसपूर्वक नहीं कह सका है कि उस ने सपनों के बारे में अन्तिम जानकारी प्राप्त कर ली है। अवचेतन मन की जिन अँधेरी और अज्ञात तहों में सपनों का जन्म होता है, वे अगाध और अज्ञात तल हैं। एक कठिनाई यह भी है कि मनोविज्ञान जब मन की अतल गहराई में उतरता है तब भाषा असमर्थ हो जाती है। जब तक मानव इस गहराई में पूरा प्रवेश नहीं करेगा, और उन रहस्यमयी प्रक्रियाओं को पूरी तरह नहीं जानेगा, जिन से सपनों का जन्म और विकास होता है, तब तक सपनों के बारे में, जानकारी पूरी नहीं हो सकती।

प्रत्यक्ष अनुभवों और प्रयोगों के आधार पर आदमी ने सपनों की रहस्यमयी दुनिया के बारे में अब तक जितनी जानकारी प्राप्त की है, वह भी काफ़ी रोचक, ज्ञान-वर्धक और उपयोगी है। वह जान गया है कि सपने न भगवान् की लीला हैं, और न मानसिक तरंगों का साकार रूप। यह सच है कि कभी-कभी वे मन के अँधेरे कोनों में डूबी दमित इच्छाओं को साकार करते हैं, भविष्यवाणी करते हैं, अपरिहार्य सच्चाइयों को अभिव्यक्त करते हैं, खोयी हुई यादों को उभारते हैं, अलौकिक सृष्टियों का निर्माण करते हैं, दूरानुभूति कराते हैं, पर वे केवल इतना ही नहीं करते। उन की सार्थकता और महत्त्व इस से बहुत अधिक है।

आत्मा का नवमूल्यांकन—सपनों के माध्यम से

अधिकांश व्यक्ति सपनों को क्षणभंगुर और ‘समझ में न आने वाली मनोलोला’ मानते हैं। पर अपने चेतन जीवन को अधिकाधिक उपयोगी और रचनात्मक बनाने के लिए सपनों का अध्ययन बहुत आवश्यक है। जीवन का प्रायः आधा भाग जिस

१. Charles Swinburne—Modern Library (A Swimmer’s Dream)

अचेतनावस्था—निद्रावस्था और दिवास्वप्नावस्था—में व्यतीत होता है, सपने उसी अचेतनावस्था के प्रतीकात्मक उद्गार हैं। यह तथ्य इस अध्ययन को अत्यन्त महत्त्वपूर्ण और सार्थक बना देता है।

इसी बात को आधुनिक युग के महान् मानसशास्त्री जुंग ने इन शब्दों में कहा है, “अन्तश्चेतना की शक्तियाँ मानवप्रकृति के आधारभूत तथ्यों का पुनर्मूल्यांकन कर हमारे आत्मा का नवमूल्यांकन घटित करती हैं। और, चेतना से परे की हमारी अन्तश्चेतना में क्या विद्यमान है, इस का कुछ आभास हमें सपनों के माध्यम से ही हो पाता है।”^१

नारायण चिन्तामणि महाशब्दे की एक कविता है—“सपनों की डायरी”, जो उन कतिपय चेतनास्तरों को प्रकाशित करती है, जो सपनों द्वारा संकेतित होते हैं। नीचे दिया गया है, इस कविता का अनुवाद, जो दिनकर सोनवलकर ने किया है :^२

सपनों की डायरी

सपने

यदि रख पायें अपनी गुप्त डायरी
और करते रहें नोट उस में
जाग कर बिताये हुए प्रहर
और सुखमय नींद के प्रहर
तो पता नहीं, तृप्ति के कितने तट होंवे आलोकित,
या उपलब्ध हों नये मनोविश्व
जिन्हें कोई चुरा न सके
सपनों की डायरी के कुछ पृष्ठों पर
शायद निश्चिन्त बहता मिले
किसी कोमल इन्द्रधनु का नखर अभियान
कि कैसे वह उग आया शून्य हृदय में
और क्षणों को रंग गया उन्माद से
वासना को भर गया आसक्ति से
किन्हीं दूसरे पृष्ठों पर निश्चय ही दौड़ती मिलेंगी
छायाएँ काली
भयानक केन्सर की तरह, जो विकृत हो कर भीतर ही भीतर फैलता है
जड़ें जमाता हुआ असन्तोष
और विषैले परिणामों को जन्म देती हुई चिन्ताएँ

१. The Interpretation of Dreams—Modern Library.

२. 'भारती'—३० मई, १९६४

कुछ अन्य पृष्ठ होंगे कोरे
सहज शुभ्र
आस्था से आश्वस्त सूर्य सदृश जैसे कोई कौदी रात की जंजीरों से मुक्त
बया इन्हीं पृष्ठों के मौन में लिखी है
भूमिका किसी अजन्मे आनन्द की

सपनों में हम अपने ही व्यक्तित्व के विभिन्न आयाम दिखाई पड़ते हैं। इसी प्रकार, सपने हमें परेशान कर रही किसी समस्या को नाटकीय और प्रतीकात्मक रूप में प्रस्तुत कर, उस के विभिन्न पहलुओं को उजागर करते हैं।

मन की ग्रन्थियों और कुण्डलों को समूल और सम्पूर्ण रूप से नष्ट करने के लिए, गीता के अनुसार—“समदृष्टि वाले योगी को आत्मा को सभी प्राणियों में स्थित देखना चाहिए, और आत्मा में अनेकानेक प्राणियों को अभेद भाव से स्थित देखना चाहिए।” एकत्व की यह दृष्टि हम सपनों के वास्तविक स्वरूप को समझ कर प्राप्त कर सकते हैं। सपने के सभी पात्रों में ‘स्व’ ही समाहित है, यह अनुभूति हमें समत्व की मानसिक स्थिति की वास्तविकता को, जो योग का वास्तविक अर्थ है, समझाती है।

इसी प्रसंग में यह भी कहा जा सकता है कि दीर्घ चिन्तन के बाद, युग-मनीषी जुंग के मन में जिस ‘सामूहिक अवचेतना’ का विचार आया था, वह भारत के चिन्तकों और मनोविज्ञान-विशेषज्ञों को हजारों वर्ष पहले ही सूझ चुका था। दिलचस्प बात यह है कि स्वयं जुंग के मन का यह विचार तब मूर्त हुआ, जब उन्होंने स्वयं को अनेकानेक स्तरों पर (जो वास्तव में ऐतिहासिक कालों के प्रतीक थे) बने एक भवन का अध्ययन करते पाया।

फ्रायड—वेदवाणी के नूतन प्रवक्ता

प्राचीन साहित्य में स्वप्नविषयक प्रचुर सामग्री उपलब्ध होती है।

अथर्ववेद में स्वप्नों और दुःस्वप्नों से सम्बन्धित अनेक सूक्त हैं। एक सूक्त में कहा गया है—“हे स्वप्न ! मैं तेरी उत्पत्ति को जानता हूँ।”¹ एक अन्य सूक्त में कहा गया है—“हम दुःस्वप्न से भयभीत हैं। उस का भय दूर हो। हे स्वप्न ! तू अन्त कराने वाला है।”²

ऋग्वेद के एक मन्त्र में प्रार्थना की गयी है—“दुःस्वप्न देव ! तुम ने मन पर अधिकार कर लिया है। हट जाओ, भाग जाओ, दूर जा कर विचरण करो। दूरस्थ निवर्तित देवता से जा कर कहो कि जाग्रत् व्यक्ति के मनोरथ विशाल होते हैं।”³

१. १६।२।५।१-२-३

२. १६।२।६।२

३. १०।१६।४।१

वैदिक ऋषि सम्भवतः दुःस्वप्नों को अशुभ और पापकर्मों के परिणाम मानते थे। वे यह भी मानते थे कि दुःस्वप्न व्यक्ति-मानस से सर्वथा असम्बद्ध है।

मनोविश्लेषण के संस्थापक फ्रायड ने एक ओर जहाँ अन्तश्चेतना के अविज्ञात प्रदेशों में विद्यमान अनिष्टों, अन्धकारों और विकृतियों पर प्रखर प्रकाश डाला है, वहाँ दूसरी ओर सपनों की उत्पत्ति का मूल कारण सेक्स का दमन माना है। ऋषि अथर्वाने सेक्स के महान् आन्तरिक बल को स्वीकार करते हुए कहा है—“हे कामदेव ! तुम उग्र हो, स्वामी हो। अपने दुःस्वप्न को, अपनी निर्धनता को तुम उस पर भेजो, जो हमें पराजित कर के विपत्ति में डालने का प्रयत्न करता है।”^१

वेदों के ऋषि मानते थे कि प्रार्थना अथवा योगबल से दुःस्वप्न के परिणाम को किसी अन्य व्यक्ति को भेजा जा सकता है। अथर्ववेद के एक सूक्त में ऋषि कहते हैं—“हे चाक्षुष ! दुःस्वप्न से प्राप्त फल को अमुक गोत्रवाले अमुकी के पुत्र में भेजता है।”^२

जिस प्रकार, फ्रायड ने स्वीकार किया है कि काम (सेक्स) का किसी शुभ दिशा में परिशोधन (Sublimation) व्यक्ति को महान् बना देता है, उसी प्रकार अथर्ववेद में ऋषि ने एक सूक्त में काम (सेक्स) के कल्याणकारी शरीर की ओर संकेत किया है, और उस की सूक्ष्म से स्थूल परिव्याप्ति की ओर भी संकेत करते हुए उसे नमस्कार किया है। “जो दुःस्वप्न मेरे मन और नेत्र को अच्छा नहीं लगता, जो मुझे प्रसन्न नहीं करता, जो मुझे भक्षण करता हुआ सा प्रतीत होता है, उस दुःस्वप्न को मैं कामदेव की स्तुति करता हुआ, शत्रु की ओर छोड़ कर उसे चौरता हूँ। हे कामदेव ! तुम्हारा जो कल्याणकारी शरीर है, उस के द्वारा तुम जिसे वरण करते हो, वही सत्य है।”^३

महाभारत के रचयिता श्री व्यासदेव स्वप्नों को भावी शुभाशुभ परिणामों और घटनाओं का सूचक मानते थे। ब्रह्मसूत्र में उन्होंने कहा है—“श्रुति से सिद्ध होता है, तथा स्वप्नशास्त्र के ज्ञाता कहते हैं कि स्वप्न भविष्य में होने वाले शुभाशुभ परिणामों के सूचक होते हैं।”^४

लगता है कि उपनिषद्-काल तक प्राचीन भारत में स्वप्न-विज्ञान पर पर्याप्त शोध हो चुकी थी। केनोपनिषद् में वर्णित सौर्यमिणी-पिप्पलाद वार्ता में स्वप्न-प्रक्रिया का अत्यन्त सूक्ष्म और विशद विवेचन किया गया है।^५ सौर्यमिणी के स्वप्न-सम्बन्धी प्रश्न के उत्तर में महर्षि पिप्पलाद कहते हैं :

१. प्रश्नोपनिषद्, प्रश्न, ४।५

२. १।१।२।७।७-८

३. १।१।२, २।३, २५

४. न. ३।२।४

५. ४।३।७

“स्वप्न अवस्था में जीवात्मा अपनी विभूति का अनुभव करते हुए, देखे हुए दृश्यों को पुनः देखता है, सुनी हुई बातों को पुनः सुनता है, विभिन्न देशों और दिशाओं में अनुभव की गयी बातों को पुनः अनुभव करता है। इस के अतिरिक्त, वह स्वप्न में वह सब कुछ भी देख लेता है जो उस ने पहले कभी नहीं देखा था। वह भी सुन लेता है, जो उस ने पहले कभी नहीं सुना था। इस प्रकार वह स्वयं सब कुछ बन कर सब कुछ देख सकता है।”

ठीक यही बात महर्षि याज्ञवल्क्य भी कहते हैं—“जीवात्मा ही स्वप्न बन कर इस लोक तथा मृत्यु के अनेक रूपों का अतिक्रमण करता है...स्वप्नावस्था में न रथ है, न रथ में जुतने वाले अश्व, और न वह मार्ग ही जिस पर रथ चलता है। परन्तु जीवात्मा स्वप्नावस्था में स्वयं रथ, अश्व और मार्ग बन जाता है। स्वप्नावस्था में न मोद है, न आनन्द, पर जीवात्मा इस अवस्था में उन की भी रचना कर लेता है। स्वप्न में उसे जो सरोवर, नदियाँ आदि दिखाई देती हैं, उन का स्रष्टा भी वह स्वयं ही है।”¹

सपनों के प्रयोजन के विषय में याज्ञवल्क्य और फ्रायड के दृष्टिकोणों में काफी समानता दिखाई देती है। दोनों की ही मान्यता है कि स्वप्न के मूल में व्यक्ति की वासना ही होती है, और वह स्वप्नावस्था में अपनी दमित इच्छाओं की पूर्ति करता है।

प्राचीन काल में दुःस्वप्न

आधुनिक स्वप्नविशेषज्ञों के अनुसार, पुनर्जन्म की कल्पना हमारे पुरखों के मन में तब आयी होगी जब उन्होंने अपने को और अपने पूर्वजों को एक साथ, सपनों में नये और अपरिचित परिवेशों में देखा होगा।

प्रागैतिहासिक काल में आदमी का विश्वास था कि स्वप्नावस्था में उस की आत्मा उसे छोड़ कर विभिन्न लोकों में विचरण करती है, और देवतागण स्वप्नों में अपने आदेश देते हैं और अपनी बाणी सुनाते हैं। यह विश्वास जब तक कायम रहा, आदमी सपनों में दैविक आदेश पाने के लिए व्रत-उपवास रखता रहा, और पूजा-पाठ करता रहा।

अग्नि-पुराण में कहा गया है—‘निद्रा के पश्चात् आने वाली स्वप्नावस्था में शरीर अपनी समस्त इन्द्रियो सहित पूर्ण विश्राम करता है। किन्तु मन जागता रहता है, और स्थूल शरीर से निकल कर सूक्ष्म लोकों में भ्रमण करता है। इन लोकों में जो कुछ वह देखता है, उस के प्रतिबिम्ब बराबर आत्मा पर पड़ते रहते हैं। इन्हीं प्रतिबिम्बों को हम स्वप्न कहते हैं।’

इसी पुराण में स्वप्नदर्शियों को परामर्श दिया गया है कि वे किसी महत्त्वपूर्ण कार्य को आरम्भ करने से एक रात पूर्व, यह प्रार्थना करें—“हे महाप्रभु! स्वप्नों के माध्यम से मुझे यह निर्देश दो कि अभिलषित कार्य को कैसे सम्पन्न करूँ?”

‘शतपथ ब्राह्मण मे दुःस्वप्नों को मिटाने के लिए अपामार्ग वनस्पति की पूजा करने का परामर्श दिया गया है। अथर्ववेद मे भी कहा गया है कि दुःस्वप्न आते ही, करवट बदल कर एक विशेष मन्त्र का पाठ करना चाहिए।

दुःस्वप्न का प्रभाव टालने के लिए विष्णु-भक्त, अपने मुँह को स्वच्छ कर, ‘विष्णु सहस्रनाम’ का पाठ करते हैं। ‘विष्णु सहस्रनाम’ मे विष्णु को दुःस्वप्ननाशक माना गया है।

वेदों में ग्यारह प्रकार के दुःस्वप्नों को अशुभ और अपशकुनयुक्त माना गया है—(१) काले दाँतों वाला व्यक्ति, जो हत्या करने को तत्पर हो। (२) बराह। (३) स्वप्न देखने वाले व्यक्ति पर झपटती हुई जंगली बिल्ली। (४) यदि स्वप्नदर्शी सोना खा कर उसे थूकता हुआ दिखाई पड़े। (५ + ६) यदि स्वप्नदर्शी मधु या कमल की जड़ खाता दिखाई पड़े। (७ + ८) यदि स्वप्नदर्शी किसी गाँव मे गधों या बाराहों के साथ जाता दिखाई पड़े। (९) यदि स्वप्नदर्शी किसी काली गाय और काले बछड़े को दक्षिण की ओर हाँकता हुआ दिखाई पड़े। (१० + ११) यदि स्वप्नदर्शी लोमशा पौधा पहने या स्वयं को माला, पहनाता हुआ दिखाई पड़े।

प्राचीन भारतीय स्वप्न-सिद्धान्त

दुःस्वप्नों के अन्तिम रहस्यात्मक तत्त्व को जानने के प्रयास मे आदमी ज्यों-ज्यों अग्रसर हुआ है त्यों-त्यों नयी पहेलियाँ सामने आ कर उसे चुनौती देती रही है। आज भी, दुःस्वप्नों के प्रयोजन और अर्थ के बारे में आदमी की जानकारी अपूर्ण ही है।

लेकिन, स्वप्नों के कारण, उत्पत्ति और विकासादि पर हमारे पुरखों ने यथेष्ट विचार और प्रयोग किये थे, कारण उन की स्वप्न सम्बन्धी मान्यताएँ मात्र अन्तर्ज्ञान ही नहीं, प्रयोगसिद्ध भी प्रतीत होती है।

प्राचीन भारतीय चिन्तकों के अनुसार, सृष्टि के आरम्भ मे महत्तत्त्व, अहंकार, तन्मात्राओं एवं महाभूतों के साथ-साथ तीन गुण—सात्त्विक, राजसिक और तामसिक—उत्पन्न हुए। और उन्हीं के साथ उत्पन्न हुईं तीन अवस्थाएँ—जाग्रत्, स्वप्न और सुषुप्ति। जाग्रत् और सुषुप्ति के बीच की अवस्था स्वप्नावस्था है।

प्राचीन भारतीय स्वप्न-सिद्धान्त की बारीकियों को तो समझते ही थे। यह भी जानते थे कि अनेक स्वप्न जन्म-जन्मान्तरों से सम्बन्धित होते हैं, और अनेक सपनों का क्रम कई वर्षों तक चलता है।

‘योगसूत्र’ मे स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की गयी है : “जब व्यक्ति स्वेच्छा-पूर्वक अथवा स्वभावतः सुधि से बेसुधि तथा चेतनावस्था से अचेतनावस्था मे प्रविष्ट होता है, तो चेतना और अचेतना की मिश्रितावस्था मे अर्द्धचेतन स्थिति मे रहता है। यही स्वप्नावस्था है। इस अवस्था मे व्यक्ति अपने शरीर और मन की प्रधान वृत्तियों के अनुसार निद्रा मे दृश्य देखता है, जिन्हे स्वप्न कहा जाता है। पित्तप्रधान व्यक्ति

को स्वप्नों में अग्नि और प्रकाश से सम्बन्धित दृश्य दिखाई देते हैं। वातप्रधान व्यक्ति को प्रायः आकाशगमन सम्बन्धी दृश्य दिखाई देते हैं। कफप्रधान व्यक्ति स्वप्नों में प्रायः जल तथा जलाशयों के दृश्य देखते हैं।”

सपनों द्वारा आत्मसाक्षात्कार सम्भव

‘योगसूत्र’ में यह भी बताया गया है कि स्वप्न को साधन बना कर मनुष्य किस प्रकार उस के द्वारा स्वप्न, जागरण और सुषुप्ति से परे की तुरीयावस्था को प्राप्त कर सकता है। यह भी बताया गया है कि स्वप्नावस्था को अधिकृत कर के उसे समाधि का रूप दिया जा सकता है, और इस समाधि से आत्मसाक्षात्कार सम्भव है।

इसके लिए पहले अपने संकल्प-बल से स्वप्न को स्वप्नमात्र में देखने का प्रयास करना पड़ता है। स्वप्नावस्था में देह और मन अचेत हो जाते हैं। इसलिए, स्वप्नावस्था में वस्तुएँ अपने वास्तविक रूप में दिखाई नहीं पड़ती। किन्तु, जब कोई अपनी इच्छा और संकल्प-शक्ति से मन और देह को अचेत कर स्वप्न देखता है तो स्वप्नों में दिखाई देने वाले दृश्य यथार्थ होते हैं—भूत, भविष्य और वर्तमान के वास्तविक दृश्यों से युक्त। स्वप्नों में अतृप्त वासनाओं एवं कर्मों का भी निष्कर्म होता है।

यदि स्वप्न को स्वप्नमात्र के रूप में देखने का प्रयास किया जाये, अर्थात् स्वप्न देखने वाले को यह अनुभूति रहे कि वह स्वप्न ही देख रहा है, कोई वास्तविक दृश्य नहीं, तो स्वप्नों में उसे न सुख की अनुभूति होगी, न दुःख की। इस प्रकार उसे आत्मसाक्षात्कार तो होगा ही, अपरिग्रह भी सिद्ध हो जायेगा, कारण उसे विश्व की परिवर्तनशीलता का पता चल जायेगा।

इस सिद्धि का फल ‘योगसूत्र’ के अनुसार यह है—“अपरिग्रहस्थैर्ये जन्मकथन्तासंबोधः।”

‘योगसूत्र’ के अनुसार, आवागमन के तथ्य से परिचित योगी स्वप्नवत् अस्थिर जगत् से छुटकारा पाने के लिए प्रयत्नपूर्वक जाग्रत् को भी स्वप्नवत् मान कर जीवन के दैहिक और मानसिक भोगों को समाप्त करते चलते हैं।

आजकल योगनिद्रा की बात करना पुराणपन्थ की बात समझी जाती है। पर यह एक रोचक तथ्य है कि आधुनिक विज्ञान और मनोविज्ञान ने योगनिद्रा के अस्तित्व और महत्त्व को स्वीकार कर लिया है। चेकोस्लोवाकिया और रूस के अनेक वैज्ञानिक अपनी प्रयोगशालाओं में अनेक वर्षों से यह जानने का प्रयत्न कर रहे हैं कि शीतसमाधि तथा अन्य यौगिक विधियों द्वारा किस प्रकार भारतीय योगी अपनी शारीरिक और मानसिक क्षमताओं का आश्चर्यजनक विकास कर लेते हैं।

इस सम्बन्ध में श्री अरविन्द का यह कथन महत्त्वपूर्ण है। “हिन्दू धर्म या आधुनिक भौतिक विज्ञान दोनों में से कोई भी इस सत्य पर सन्देह नहीं करता कि जब मन बिलकुल निष्क्रिय होता है तब समस्त चराचर-सृष्टि में सक्रिय प्राकृतिक शक्तियाँ

मुक्त क्रीडाएँ करती है। मनुष्य की इच्छा से स्वतन्त्र क्रिया करने की शक्ति के अस्तित्व का पहला सच्चा प्रमाण भौतिक विज्ञान को सम्मोहन और योगनिद्रा में प्राप्त हुआ है।

यूनानी दार्शनिक अरस्तू का भी विश्वास था कि 'सर्वश्रेष्ठ मानव वही है जिस के सपनों के कार्य-कलाप दूसरे लोगों के जाग्रतावस्था के कार्य-कलाप के समान होते हैं।'

योगनिद्रा में सूक्ष्म लोकों के दर्शन

नीद एक भौतिक आवश्यकता है, और योगनिद्रा आध्यात्मिक। प्राचीन काल के भारतीय ऋषि जागृति और सुषुप्ति दोनों स्थितियों का पूरी तरह रस लेकर, एकांत वन-विजनों में प्रकृति के सूक्ष्म लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन करते थे। पश्चिम की युवा पीढ़ी आज 'एल० एस० डी०' तथा अन्य मादक दवाओं के सेवन से कृत्रिम नीद में सोकर, सूक्ष्म लोकों और अलौकिक दृश्यों का अवलोकन करती है। आज भी तिब्बत के लामाओं का दावा है कि वे योगनिद्रा के सामर्थ्य से भूत और भविष्य को जान सकते तथा एक शरीर से दूसरे शरीर में पहुँच सकते हैं।

यूँ तो ऐसे अनेक वैचित्र्यपूर्ण प्रसंग वर्षों से सामने आये हैं, पर उन के इस दावे के प्रत्यक्ष प्रमाण हैं—तीन आधुनिक ग्रन्थ, जो ऐसे व्यक्तियों द्वारा लिखे गये हैं जिन का योगनिद्रा अथवा किसी भी अगोचर शक्ति से कभी कोई सम्बन्ध नहीं रहा। पर जिन के प्रामाणिक वर्णन उन के द्वारा अचेतनावस्था में अगोचर लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन की साक्षी देते हैं। ये वर्णन निर्रे काल्पनिक या आनुमानिक नहीं हैं, वरन् उतने ही ठोस सत्य हैं जितना 'पैरा-साइकालोजी' (परा-मनोविज्ञान) की अलौकिक मानो जाने वाली उपलब्धियाँ, जिन के बारे में विश्व भर में वैज्ञानिक प्रयोग हो रहे हैं।

उपरोक्त ग्रन्थ हैं—टी० लोबसंग रम्पा कृत 'थर्ड आई', सुग्र-अरु ज़होर कृत 'मगोलिया की मरुभूमि की आध्यात्मिक यात्रा' और चीन-स्थित डेनियल वारे नामक इटलीवासो कृत 'द मेकर ऑफ हैवनली ट्राइजर्स'।

आगे प्रस्तुत है—इन तीनों ग्रन्थों में वर्णित, अगोचर शक्तियों और सृष्टियों के प्रत्यक्ष सम्पर्क का संक्षिप्त विवरण, जो इन तीनों लेखकों ने अचेतनावस्था में योगनिद्रा में किया।

'थर्ड आई' के लेखक एक ऐसे अँगरेज थे, जो कतई पढ़े-लिखे नहीं थे, और न ही उन्होंने कभी तिब्बत की यात्रा की थी। फिर भी उन्होंने तिब्बत के आध्यात्मिक जीवन का वर्णन जिस बारीकी से किया है, वह सौ फ्रीसदी सच है। लेखक महोदय का कहना था कि वे वास्तव में एक तिब्बती लामा हैं, और सूक्ष्म आत्मशक्ति द्वारा, मात्र इस ग्रन्थ के प्रणयन के लिए, उन्होंने अपना चोला त्याग कर एक अँगरेज का चोला ग्रहण किया है, और इस नये जीवन का अनुभव करने के बाद वे पुनः लामा बन जायेंगे। (यह प्रसंग आद्य शंकराचार्य की याद दिलाता है, जिन के बारे में कहा जाता है कि उन्होंने राजा अमरूक के शव में प्रवेश करके राजसौ भोग भोगे।)

स्वप्नलोक

इस पुस्तक में वर्णित घटनाओं ने दुनिया के लाखों पाठकों को विस्मय-विमुग्ध किया है, पर स्वप्न-विज्ञान पर शोध करने वाले एक आधुनिक वैज्ञानिक का अन्तर्मन के इस प्रकार के विस्मयों के विषय में कहना है कि “हम जाग्रतावस्था में जिन बातों के उचित रहस्यों को न समझ पाने के कारण विस्मय अनुभव करते हैं. स्वप्नावस्था में, जब समस्त इन्द्रियों के साथ शरीर पूर्ण विश्राम करता है, जाग्रत मन स्थूल शरीर से निकल कर, सूक्ष्म लोकों में भ्रमण कर, उन्हीं विस्मयों को साधारण दृश्यों की भाँति देखता है। इन दृश्यों का जो प्रतिबिम्ब हमारे मन पर पड़ता है, उन्हें ही अलौकिक स्वप्न कहा जाता है। साधारण व्यक्ति ऐसे अलौकिक स्वप्नों को जाग्रत होने पर स्मरण नहीं रख पाता, और ऐसे दृश्यों के बारे में जान कर विस्मय अनुभव करता है।”

बन्धनमुक्त स्वप्नों में आत्मा का परलोक-विचरण

‘थर्ड आई’ के लेखक ने जिस स्थिति में सूक्ष्म लोकों से सम्पर्क स्थापित किया, उस के सम्बन्ध में उन का कहना है : “हम लामाओं की मान्यता है कि स्वप्न में अथवा सिद्धि-बल से शरीर को त्याग कर आत्मा के विचरण करते समय शरीर और आत्मा का सम्पर्क जीवन-डोरी से ही स्थापित रहता है। इस डोरी के टूटने को ही हम मृत्यु मानते हैं। इस डोरी का इच्छानुसार संचालन करने की शक्ति केवल सिद्धों में ही होती है—पर लाखों, करोड़ों में से कोई एक ही कठिन साधना करके सिद्ध बन पाता है।” उन की कहानी इस प्रकार आरम्भ होती है :

“अपने घर से विदा लेकर जब मैं तिब्बत के चकपोरी मठ में आया, तो मुझे यह ज्ञात था कि मेरे हाथों कुछ असाधारण कार्य सम्पन्न होने वाले हैं। पर, यह कार्य तभी सम्पन्न हो सकते थे जब ओषधियों और अग्निशिखा से पवित्र की हुई काष्ठ-शलाका से मेरे मस्तिष्क की शल्यक्रिया द्वारा मेरा तीसरा नेत्र खुल जाये, और मैं योगनिद्रा की सहायता से आत्मिक और सांस्कृतिक गहराइयों में जाने का अवकाश पा सकूँ।

“जैसे ही काष्ठशलाका मेरे मस्तिष्क के एक भाग में प्रविष्ट हुई, मेरे नेत्रों ने एक विचित्र ज्योति का अनुभव किया—ऐसी ज्योति, जिस का साक्षी अन्तर्मन ही हो सकता है, बाह्य मन कभी नहीं। मेरे सामने के दृश्य सर्वथा नये रूप में प्रकट होने लगे, और अब मैं लोगों को उन के वास्तविक स्वरूप में देख सकता था। मेरी सिद्धि का यह स्वरूप यद्यपि मुझे अत्यन्त कौतुकपूर्ण लग रहा था, पर मुझे अभ्यास कराया गया कि मैं इसे कौतुक न मान कर आत्मोन्नति और दुखी जनों की सेवा का साधन मान कर ही आगे बढ़ूँ।

“इस के पश्चात् आरम्भ हुई, एक लम्बी और दुरूह यात्रा, ऐसे देशों और लोकों की, जिन के नाम भी मैंने कभी नहीं सुने थे। शरीर के सब बन्धनों से मुक्त होकर, मैंने विचारों की गति से यत्र-तत्र-सर्वत्र भ्रमण किया। वास्तव में हमारा

शरीर ही काल और स्थान से बँधा है, आत्मा इन दोनों बन्धनों से सर्वथा मुक्त है। स्वप्न में भी ये बन्धन नहीं रहते, और मुक्त आत्मा भूत, वर्तमान और भविष्य तथा लोक-परलोक में विचरण करती है। स्वप्न में त्रिकाल भी वर्तमान क्षण के समान हो जाता है।”

योग-निद्रा में मृत्यु से साक्षात्कार

“और, एक दिन दलाई लामा ने मुझे से कहा : ‘अब तुम्हें मृत्यु से साक्षात्कार करना होगा।’

“मृत्यु की प्रतीक्षा करता हुआ मैं एक ध्यानस्थ लामा के सामने सारी रात बैठा रहा। रात भर कुछ न हुआ, पर प्रातःकाल होते ही देखा, शरीर छोड़ कर उन की आत्मा न जाने कहाँ लोप हो गयी। उन के शिष्यों ने उन के शव पर सोने के वर्क चढ़ा कर, एक स्वर्ण-शरीर का निर्माण किया। मूर्च्छना के एक मुहूर्त में मैंने इस स्वर्ण-शरीर को अन्य स्वर्ण-शरीरों के साथ देखा, और मुझे एक विचित्र अनुभूति हुई। लगा, मैं परलोक में हूँ और एक प्रतिमा मुझे अपनी ओर खींच रही है। तभी सुनाई पड़े एक लामा के ये शब्द, ‘यह तुम्हारे पूर्वजन्म का शरीर है।’

“पर अभी मुझे स्वयं मृत्यु-द्वार से गुजरना बाकी था। एक दिन, तीन लामा मुझे एक पर्वत-गर्भ में ले गये। वहाँ एक लामा ने एक स्वर्ण-यष्टिका मेरे हाथ में पकड़ा कर मुझे से कहा : ‘इसे पकड़ लो। तुम्हारे सब भय और कष्ट दूर हो जायेंगे।’ यष्टिका हाथ में लेते ही सचमुच मुझे लगा कि मैं किसी ऐसे लोक में हूँ जहाँ न कोई भय है, न कोई कष्ट।

“लामाओं के आदेशानुसार अब मैं एक शिला पर ध्यानस्थ होकर बैठ गया। क्रमशः काल और स्थान की मेरी अनुभूति लुप्त होने लगी। मानो अधर में स्थिर होकर, मैं अनेक युगों, अनेक सृष्टियों में से होकर गुजरा। अपनी पृथ्वी को सूर्य के चारों ओर परिक्रमा करते, सागर में डूबते-उतराते और अन्य तारों से क़रीब-क़रीब टकराते देखा। भूकम्प देखे, जल-प्रलय देखे, अनगिनत तारा-पुंज देखे।

“और सहसा यह सब समाप्त हो गया, और मैंने स्वयं को निष्प्राण-सा शिला पर लेटे पाया। बाह्य मन निष्क्रिय एवं सुषुप्त था, और एक नवीन अनुभूति—कि यह तो भविष्य का प्रारम्भ है, और अनेक जीवन मुझे आमन्त्रित कर रहे हैं—ही सचेतन बन स्वप्न में जागृति की विचित्र भावना प्रेरित कर रही थी।

“मैं एक तिब्बती लामा हूँ, और अपने उस शरीर में नहीं हूँ, जिस की कहानी मैंने कही है। मैंने एक अँगरेज के शरीर में प्रवेश कर लिया है, और मेरी आवश्यकता को देखते हुए इस शरीर को धारण करने वाले ने कहीं अन्यत्र जा कर मुझे यहाँ स्थान दे दिया है।”

स्वप्नलोक

सपने के अन्दर एक सपना

और, अब सुनिए योगनिद्रा द्वारा मृत्युदेश तथा अनन्त-अगणित ग्रह-नक्षत्रों के 'दर्शन' करने वाले मिस्री योगी सुग्र-अल-जहीर का साक्ष्य, जो उन्होंने 'मंगोलिया की मरुभूमि की आध्यात्मिक-यात्रा' नामक पुस्तक में प्रस्तुत किया है :

“यह घटना आज से तेरह साल पुरानी है। जब यह घटना घटी, तब मैं सचेतावस्था में था या अचेतावस्था में, कहना कठिन है। कारण चार दिन तक मैं शव के समान ही विस्तर पर पड़ा रहा था। नब्ज बन्द, दिल की धड़कन बन्द। फिर भी इस योगनिद्रा के दौरान, जिस से मेरी माँ परिचित थी, और जिस ने इस अवधि में किसी को मेरा स्पर्श नहीं करने दिया था, मेरे शरीर के किसी भाग में कोई विकृति नहीं आने पायी।

“याद आता है कि पाँच लामा पथ-प्रदर्शकों के साथ मैं एक घने वन में चुपचाप जा रहा था। आधा घंटे की यात्रा के पश्चात् एक वृक्षहीन स्थान पर आ कर हम सब रुके। लामा प्रमुख ने कहा : ‘आओ, इस शिला की छाया में बैठ कर और पास के कुंड के मीठे जल को पी कर अपनी थकान मिटा लें।’ कुछ क्षण बाद, संगमरमर से भी ज्यादा सफेद एक पत्थर को उठा कर उन्होंने कहा : ‘इस पत्थर के भीतर की परछाईं में तुम अपने पूर्व जन्मों और भूतकाल की घटनाएँ देख सकते हो। आओ, एक-एक कर के देखो।’

“उस पत्थर को अपने हाथ में लेते ही, मैंने आश्चर्यचकित हो कर देखा कि मैं मंगोलिया में नहीं, मिस्र में नील नदी के किनारे स्थित अपने घर में हूँ। सामने मेरी माँ भी है, और पत्नी भी। चार साल पहले के एक दिन का एक-एक क्षण चलचित्र की भाँति मेरी आँखों के सामने बीतने लगा। फिर मैंने देखा कि किस प्रकार विवाह हो जाने पर भी मैं घर के मोहजाल में बँध कर नहीं रहना चाहता था। न जाने कितने जन्मों के सपनों के षड्यन्त्रों का तूफान मेरे जीवन-रूपी तिनके को इधर-उधर उड़ाता रहता था।

“उस पत्थर में अपने अतीत के दर्शन कर मुझे लगा कि स्वप्न में भ्रम-विमोहित होकर व्यक्ति अछोर काल के किसी भी पट-खंड का अवलोकन कर सकता है। और अपने किसी भी पूर्वजन्म की किसी भी घटना को घटित होते देख सकता है। इतना ही नहीं, मैं इस अवस्था में अपने अन्तरस्थ विचारों की गूँज-अनुगूँज भी सुन रहा था। मैंने अपने चौथे जन्म के बासठवें वर्ष में स्वयं को देखा, जब मैं काली-काली आँखों वाला एक साधु था, और मेरा मठ मंगोलिया के इसी भाग में था। मैंने यह भी देखा कि किस प्रकार काम के वश हो कर मैं योगभ्रष्ट हुआ था और किस प्रकार अनेकानेक रोगों से पाड़ित हो कर मैंने अपना उस जन्म का शरीर छोड़ा था।

“सहसा उस पत्थर के हटते ही मैंने पाया कि मैं अभी-अभी किसी सपने से

जागा हूँ। सपने के अन्दर एक सपना। मैं पहले से कहीं अधिक हल्ला अनुभव कर रहा था।”

“अब मैं स्वप्नावस्था में ही अपने साथियों के साथ आगे बढ़ रहा था। सहसा निविड़ अन्धकार को चीरती हुई एक तेजस्वी मानस-आकृति के दर्शन हुए, जो मृदु-गम्भीर वाणी में हम सब से कह रही थी : ‘आओ, आत्मा के लोक की ओर चलो, जो सारी भौतिक-आधिभौतिक साधनाओं का सिद्धि-केन्द्र है।’”

“जब यह स्नेहयुक्त वाणी अपना सन्देश दे कर शून्य में डूब गयी तब हम ने अपने चारों ओर के अन्धकार को क्रमशः छूटते देखा। कुछ समय पश्चात् हम ने अपने को एक नदी-तट पर पाया। एक क्षण भी न बीता होगा कि हम ने एक नाव को अपनी ओर आते देखा। लामा-प्रमुख ने हमें बताया कि यह नदी काल-नदी थी, और उसे पार करते ही हम काल की पकड़ से बाहर चले जायेंगे।”

“पर, इस काल-नदी को हम आसानी से पार न कर पाये। कुछ समय पश्चात् हमारी नाव एक तेज भँवर के पास आ कर रुक गयी। हम सब घबरा गये, पर लामा-प्रमुख ने नाव रुकवा कर कहा : ‘चिन्तित न हो। अपनी निगाह इस भँवर पर स्थिर रखो। हम ने उन के इस आदेश का पालन किया, यद्यपि उस भँवर पर दृष्टि स्थिर रखना आसान न था।’”

“कुछ क्षण बाद भँवर के जल की गति अपेक्षाकृत धीमी पड़ गयी, और हम ने महान् आश्चर्य के साथ सारे ब्रह्माण्ड को उस भँवर में चक्कर लगाते पाया। यह एक अद्भुत और असाधारण दृश्य था !”

“और कुछ क्षण बाद, हम ने एक और विचित्र दृश्य देखा। अचानक सब गतियाँ, सब ध्वनियाँ शान्त हो गयी, और हमारी नाव बड़ी तेजी से ऊपर उठ कर उस भँवर में डूब गयी। हम सब लोग स्तब्ध से बैठे थे।”

“जब, अन्त में, हमारी नाव एक अज्ञात किनारे लगी तब लामा-प्रमुख ने कहा : ‘काल-नदी में स्नान करने के बाद अब तुम सब को दिव्यानुभूति प्राप्त हो गयी है। आओ, अब मृत्यु-लोक के दर्शन भी कर लो।’”

“उन के ऐसा कहते ही, हम ने अपने सामने एक प्रवेश-द्वार खुलते पाया। यह द्वार क्षितिजों को छू रहा था। द्वार खुलने पर हम ने देखा कि एक अत्यन्त विशाल चिता अभी-अभी जल कर बुझ चुकी है, और चारों ओर अगणित शव अधजले पड़े हैं। सारा वातावरण रोने और विलाप करने की आवाजों से गूँज रहा था।”

“और, जब हम इस मृत्युलोक का पूरा अवलोकन कर चुके तो हम ने एक अन्य अविश्वसनीय दृश्य देखा। बंजर मृत्युलोक जीवनमय हो गया, और चारों ओर जीवन की हलचल दिखाई देने लगी। मानो, मृत्यु ने जीवन को जन्म दिया हो।”

“इस दृश्य से हम अभिभूत हुए ही थे कि कुछ समय बाद हम ने अपने को उसी

स्थान पर पाया, जहाँ हम ने पत्थर में पूर्वजन्म की परछाइयाँ देखी थी।” और उस के बाद मेरी योगनिद्रा भंग हो गयी।”

रूस की जनक्रान्ति के दिनों में डेनियल वेयर नाम के लेखक चीन में रहते थे। चीन में बिताये वर्षों का वर्णन उन्होंने अपनी रोचक पुस्तक ‘द मैकर ऑफ हैबिनली ट्राउजर्स’ में किया है। इस पुस्तक के एक प्रसंग में उन्होंने तिब्बत के एक लामा की सच्ची और आँखों देखी कहानी कही है, जो लोगों को योगनिद्रा में सुला कर, सम्मोहन द्वारा उन्हें मनचाहे स्वप्न दिखा सकता था। लामा का कहना था कि “ऐसी स्थितियों में सम्मोहित व्यक्ति की विचार-आत्मा अपना शरीर छोड़ कर दूसरे शरीरों में प्रवेश करती है।”

प्रेरित और सम्प्रेषित स्वप्न

लामा ने मनचाहे स्वप्न दिखाने के ये प्रयोग वेयर की उपस्थिति में पॉल नामक एक युवक पर किये थे जो क्षय से पीड़ित होने के कारण मरणोन्मुख था। वह क्यू-नियांग नाम की चीनी युवती से प्रेम करता था। क्यूनियांग भी पॉल के क्षय रोग के बावजूद उसे चाहती थी।

ये प्रयोग लामा ने एक बौद्ध मन्दिर में किये। वह पहले अफ्रीम की धूनी की मदद से पॉल को सुला देता था, और फिर कुछ धार्मिक विधि सम्पन्न करके उसे वांछित स्वप्न-जगत् में ले आता था। ये विधियाँ वेयर की समझ में न आती थी। वह पॉल के अवचेतन को जो भी विचार प्रेषित करता था, वे मौखिक नहीं होते थे। इस के लिए वह कौन-सा तरीका अपनाता था, वेयर अन्त तक न जान पाये।

सबसे पहला स्वप्न देखने के बाद, पॉल ने क्यूनियांग से कहा : “मैं तो समझता था कि लामा सपने में मुझे चीन या मंगोलिया की सैर करायेगा, पर मुझे यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि मैं सपने में तुम्हारे साथ रूस के सेंट पीटर्सबर्ग नामक नगर के एक महल में था। सपने में मैं ने आगे देखा कि तुम एक बड़े दर्पण के सामने खड़ी हुई हो, और दो दासियाँ तुम्हें रत्नजड़ित आभूषण पहना रही हैं। हम दोनों एक हीरे के बारे में बहस कर रहे हैं कि तुम्हें उसे पहनना चाहिए या नहीं। हीरे का नाम बड़ा अजीब था — “क्रॉस ऑफ एलैगजैण्डर।” और सब से अजीब बात तो यह है कि मैं, जो कभी सेंट पीटर्सबर्ग नहीं गया, और रूसी राजमहलों के तौर-तरीके से परिचित नहीं, सपने में सब काम ऐसे कर रहा था, जैसे हमेशा से वही रहता आया हूँ। हम दोनों बात भी रूसी भाषा में ही कर रहे थे। स्वप्न में दो ही बातें सच्ची और वास्तविक लगती थी। पहली — मैं तुम्हारी देर से तैयार होने की आदत पर जल-भुन रहा हूँ, जैसा कि करता ही हूँ, और दूसरा — मैं तुम्हें सपने में भी उतना ही प्यार कर रहा था, जैसा जागते समय करता हूँ।”

उस ने सब से कहा कि लामा ने उसे ये सपने दे कर उसे एक नया जीवन प्रदान

किया है। वह कहता था कि उस जैसे दृग्गण व्यक्ति के लिए स्वप्नों की प्रेमिका वास्तविक प्रेमिका से कहीं बेहतर है।

स्वप्न-जीवन, एक दोहरा जीवन

और क्यूनियांग कहती कि यदि पॉल मुझ से स्वप्न में प्रेम कर के ही प्रसन्न हो सकता है, तो ठीक है।

लामा द्वारा दिलाये गये स्वप्न क्रमशः पॉल के लिए एक समानान्तर जीवन या कृत्रिम स्वर्ग के समान हो चले। आरम्भ में ये स्वप्न सुखदायक ही होते थे, पर बाद में कभी-कभी उसे इन स्वप्नों में वास्तविक जीवन के कष्टों से भी अधिक दारुण यन्त्रणा पहुँचने लगी। उदाहरणार्थ, एक कष्टदायक स्वप्न में उस ने देखा कि वह एक रेगिस्तान में है, और उसे अपने दो 'बच्चों' को पालना अत्यन्त कठिन प्रतीत हो रहा है। वह हमेशा भूखा और थका हुआ रहता है। इसी बीच एक ऊँट के काट लेने से वह 'महीनों' बीमार रहा। सब कुछ वास्तविक जीवन के समान ही भयावह और क्लेशकर था। लेकिन अधिकांश स्वप्न सेंट पीटर्सबर्ग के राजसी जीवन से ही सम्बन्धित रहते थे, और इन स्वप्नों में क्यूनियांग हमेशा उस के साथ प्रेमिका के रूप में उपस्थित रहती थी। इन स्वप्नों में वह उस से सदा रूसी भाषा में ही बात करता था, और सब से इस ढंग से पेश आता था, मानो उस का जन्म ही रूस के किसी उच्च और सम्भ्रान्त कुल में हुआ हो।

पॉल ने एक बार वेयर से कहा : "जानता हूँ लामा द्वारा दिया गया यह स्वप्न-जीवन असली जीवन नहीं है। असली जीवन भगवान् ही दे सकते हैं। पर, यदि हम जीवन के पार देख सकें तो क्या हमें अपना असली जीवन भी स्वप्न-जीवन जैसा नहीं लगेगा? जब जाग जाता हूँ तो अपना स्वप्न-जीवन मुझे एक चलचित्र के समान लगता है।"

वेयर ने पूछा : "क्या तुम अपने स्वप्न-जीवन से सन्तुष्ट हो?"

पॉल ने उत्तर दिया : "क्या कोई कभी भी जीवन से सन्तुष्ट होता है, भले ही वह वास्तविक हो या स्वप्नों का? कभी-कभी तो मैं अपने स्वप्न जीवन में अधिक सन्तुष्ट रहता हूँ।"

यह सिलसिला कुछ वर्षों तक चला और इस के बाद पॉल की मृत्यु हो गयी। और तब एक दिन सहसा वेयर को ज्ञात हुआ, इस अद्भुत घटना का एक और रहस्यमय पहलू।

कई वर्ष बाद उन की भेंट एक धनी रूसी महिला से हुई, जिस ने बातों-बातों में सेंट पीटर्सबर्ग का उल्लेख करके कहा कि वह वहाँ की रहने वाली है। जब वेयर ने उन्हें पॉल के सपने की घटना सुनायी तो वे आश्चर्य से बोली—“मगर क्रॉस ऑफ एलैंग्जैण्डर” हीरा तो मेरे पास है, और आप ने पॉल के सपने के जिस महल का जिक्र

किया है, वह तो मेरा ही महल प्रतीत होता है। आश्चर्य तो यह है कि जिस समय पॉल ने अपनी प्रेमिका को यह हीरा धारण करते हुए सपने में देखा था, ठीक उसी समय—इस बारे में मुझे कोई सन्देह नहीं है—मैं अपने प्रेमी रास्पुटिन के साथ थी, जो पॉल की भाँति मेरे ठीक समय पर तैयार न होने पर जल-भुन रहा था।”

तो क्या सचमुच लामा सपने में इतिहास-प्रसिद्ध रास्पुटिन की विचार-आत्मा को हज़ारों मील दूर बैठे पॉल के शरीर में प्रविष्ट कराने में सफल हो गये थे? रास्पुटिन उन दिनों अपनी राजनैतिक शक्ति के चरमोत्कर्ष में था, और सैकड़ों महिलाओं का प्रेमी था।

वेयर ने ये घटनाएँ जैसी देखी-सुनी, ठीक वैसी ही लिख दी। अन्त में उन्होंने कहा है, “मैं उस रहस्यमयी शक्ति को नहीं समझ पाया हूँ, जो इन घटनाओं के पीछे काम कर रही थी।”

और आदमी अभी तक अन्तिम रूप से यह भी नहीं जान पाया है कि वह कौन सी रहस्यमयी शक्ति है जिस के प्रभाव से सपने कभी-कभी अचूक रूप से भविष्यवाणी कर सकते हैं ?

भविष्यवाणी करने वाले ऐतिहासिक सपने

पुराणों में कहा गया है कि रात्रि के प्रथम प्रहर में दीखे सपनों का परिणाम एक वर्ष के अन्दर प्राप्त हो जाता है, दूसरे प्रहर में दीखे सपनों का छह महीने में, तीसरे प्रहर में दीखे सपनों का तीन महीने में और चौथे प्रहर में दीखे सपनों का पन्द्रह दिन के अन्दर। जो स्वप्न भोर की वेला में दिखाई देते हैं उन का परिणाम १० दिन के अन्दर ही देखने को मिल जाता है।

श्रीहर्ष ने अपने अमर काव्य नैषध में कहा है कि नियति ही हमें सपनों में अदृष्ट के दर्शन कराती है। दार्शनिक माधवाचार्य के अनुसार ‘स्वप्न सत्य ही होते हैं, कारण उन में मानस अथवा परमेश्वर को इच्छाएँ व्यक्त होती हैं।’ (माधव-भाष्य) माधवाचार्य के समान श्री शंकर भी कहते हैं, ‘यद्यपि स्वप्न-जगत् भी पार्थिव-जगत् की भाँति ही मायावी है, तथापि कुछ स्वप्न भविष्य-सूचक और औचित्यपूर्ण होते हैं।’ (वेदान्त-सूत्र) यही मत विज्ञान भिक्षु द्वारा भी प्रतिपादित हुआ है, ‘यह तथ्य शास्त्र-सम्मत है कि स्वप्न भावी घटनाओं का संकेत करते हैं।’ आयुर्वेद में कहा गया है कि यदि व्यक्ति सब प्रकार के तामसिक और राजसिक रोगों से मुक्त हो तो उस के स्वप्न सच्चे होंगे।

श्रीभाष्य में श्रीरामानुज ने कहा है कि “स्वप्नों में कभी-कभी भविष्य में होने वाली शुभाशुभ घटनाएँ दिखाई पड़ती हैं।”

बौद्ध ग्रन्थों में भी आगे चल कर सच्चे निकलने वाले स्वप्नों का उल्लेख है।

‘हर्ष चरित्र’ में प्रभाकरवर्धन के उस स्वप्न का वर्णन है जो उन्हें भोर से

पूर्व दिखाई दिया था। इस स्वप्न में उन्हें जो तीन शिशु दिखाई दिये थे वे बाद में उन के यहाँ जन्मे। रामायण के सुन्दरकाण्ड में त्रिजटा सीता को अपना एक स्वप्न सुना कर सान्त्वना प्रदान करती है। इस स्वप्न में उस ने रावण को एक गधे पर बैठे दक्षिण की ओर जाते देखा था। बाद में, यही स्वप्न, दूसरे रूप में, सच्चा निकला।

इतिहास स्वप्नों को विस्मयजनक भविष्यवाणियाँ सुनाने वाली घटनाओं से भरा पड़ा है।

महाराष्ट्र के महान् सन्त तुकाराम के कुछ शत्रुओं ने उन का एक हस्तलिखित ग्रन्थ जिस में उन्होंने भगवान् बिठोवा की स्तुति में गीत लिखे थे, नदी में डुबा दिया था। तुकाराम इस प्रिय ग्रन्थ की हानि से काफ़ी चिन्तित थे। इस घटना के चौदहवें दिन उन्हें स्वप्न दिखा कि भगवान् बिठोवा उन्हें नदी किनारे जाने का आदेश दे रहे हैं। वे वहाँ गये तो उन्होंने अपने ग्रन्थ को नदी के तट पर तैरते पाया।

इसी प्रकार भगवान् रामचन्द्र ने अपने परम-भक्त तथा कर्नाटक-संगीत के पिता सन्त त्यागराज को, जिन्होंने उन की प्रशंसा में २४,००० कीर्तन लिखे थे, स्वप्न में संकेत दिया था कि वह उस राममूर्ति को, जिसे उन के बड़े भाई ने चिढ़ कर कावेरी नदी में फेंक दिया था, कावेरी के तट पर एक विशेष स्थान से पा सकते हैं। मूर्ति उसी स्थान पर मिली। सन्त त्यागराज को स्वप्न द्वारा अपनी मृत्यु का संकेत भी श्रीराम द्वारा, मृत्यु के दस दिन पहले मिल गया था।

एक कथा यह भी प्रचलित है कि एक बार एक संन्यासी त्यागराज के घर आया, और उन के कुछ कीर्तन-गीत सुन कर और अपनी एक गठरी छोड़ कर कावेरी में स्नान करने चला गया। उस ने कहा था कि वह शीघ्र ही वापस लौट कर आयेगा, पर न आया। बाद में सपने में संन्यासी ने त्यागराज से कहा कि वह नारद थे, और उन के कीर्तनों की प्रशंसा सुन उन्हें सुनने आये थे। उन्होंने यह भी कहा कि जो गठरी वह छोड़ कर आये है, इन में 'नारदीयम्' और 'स्वरार्णव' नामक दो संगीत-विषयक ग्रन्थ हैं। त्यागराज को गठरी में ये दोनों ग्रन्थ सचमुच मिले। उन में वर्णित कीर्तनों से उन्हें नयी-नयी रचनाएँ लिखने की प्रेरणा मिली।

देवी भवानी के भक्त शिवाजी को एक रात स्वप्न दिखाई दिया कि यदि वह अमुक स्थान को खोदें, तो उन्हें वहाँ गड़ा हुआ खज़ाना मिलेगा। सचमुच, उन्हें उसी स्थान पर वह खज़ाना मिला।

आन्ध्र प्रदेश के राजा विक्रमदेव को एक अवसर पर दिन में सोते समय एक वन में, लगातार दो बार यह सपना दिखाई दिया कि वहाँ कुछ हिन्दू कीर्तन कर रहे हैं। इस सपने का स्पष्ट अर्थ उन की समझ में रात को आया जब उन्होंने भगवान् विष्णु को सपने में यह कहते पाया कि वे रायली गाँव में स्थायी रूप से रहने के लिए उत्सुक हैं। भगवान् ने राजा को आदेश दिया कि वह लकड़ी का एक रथ बनवा कर स्वयं उसे खींचे और कहा कि जिस स्थान पर रथ की कीलें रथ से अलग हो कर

पृथ्वी पर गिरेंगी, उसी स्थान पर खुदाई करने पर एक मूर्ति मिलेगी, जिस का मन्दिर राजा को बनवाना होगा।

राजा विक्रमदेव ने वैसा ही किया, जैसा कि उन्हें स्वप्न में करने को कहा गया था। आज जगन्मोहिनी-केशवस्वामी का यह प्रसिद्ध मन्दिर दूर-दूर के भक्तों को आकर्षित करता है। इस मूर्ति के सामने के भाग में विष्णु है और पीछे के भाग में उन का जगन्मोहिनी वाला वह रूप, जो उन्होंने देवताओं को अमृत देते समय धारण किया था।

विश्वविख्यात कोणार्क मन्दिर तथा मदुरै का विख्यात 'मीनाक्षी मन्दिर' की कल्पना के पीछे भी दैवी-स्वप्नों का ही हाथ बताया जाता है।

दार्शनिक इमर्सन भी मानते थे कि "सपनों में कभी-कभी भविष्य का संकेत मिल जाता है, और कोई अज्ञात चेतना सपनों में सांकेतिक रूप से भावी घटनाओं का पूर्वाभास दे देती है।"¹

अरविन्द आश्रम की श्री माँ भी सपनों की भविष्यवाणी में विश्वास करती हैं। अपने एक लेख में उन्होंने कहा है—“पूर्वाभास देने वाले स्वप्न नाना प्रकार के होते हैं। इन में से कुछ तो ऐसे होते हैं, जो तुरन्त संसिद्ध हो जाते हैं, अर्थात् रात में वही स्वप्न आता है, जो दूसरे दिन घटित होने वाला होता है। फिर भी कुछ ऐसे स्वप्न होते हैं, जो अपनी संसिद्धि के लिए अधिक या कम समय लेते हैं। वे महज उस चीज के प्रतिबिम्ब या प्रक्षेप हैं, जो दूसरे दिन या कुछ घंटों बाद स्थूल जगत् में घटित होगा। वहाँ तुम समस्त ब्यारे के साथ ठोक-ठीक वस्तु को देखते हो, क्योंकि वह वहाँ विद्यमान है।”²

फ्रॉयड ने अपने स्वप्न-विवेचनों में विपर्ययशील परिणामों का उल्लेख किया है। हमारे कुछ धार्मिक ग्रन्थों में भी स्वप्नों को 'विपरीत स्मृति' माना गया है। बाइबिल में भी इसियाह के वर्णन में कहा गया है—“जब मूर्ख व्यक्ति को स्वप्न दोखता है, तो वह अपने को भोजन करता पाता है। पर, जागने पर वह पाता है कि उस की आत्मा भूखी ही है। प्यासे व्यक्ति को सपने में तृप्ति हो जाती है, और जागने पर वह अपने को दुर्बल और अपनी आत्मा को प्यासी पाता है।”³

जी० रसल 'स्वप्न दीप' नामक अपनी कृति में कहते हैं : “स्वप्नों में हमारी इस जन्म की स्मृतियाँ ही नया रूप नहीं धारण करतीं, पूर्वजन्म की स्मृतियाँ भी कभी-कभी उन में प्रवेश कर जाती हैं।” अँगरेजी के प्रसिद्ध कवि वर्ड्सवर्थ ने कहा है—“काल के कम्पित, धुँधले प्रतिबिम्ब में जो सौन्दर्य होता है, और जिस की झलक हमें सपनों में मिलती है, वही कविता का मुख्याधार होता है।”⁴ अप्रतिम दार्शनिक और

१. Essays.

२. 'भारती'—६ फरवरी, १९६४.

३. Dreams in the Bible—Thomas Paine.

४. Poetry and Poets—by Anny Lowell (Houghton Mifflin Co.)

लेखक हेवलांक एलिस भी कहते हैं : “स्वप्न हमें उस अलौकिक सौन्दर्य की झाँकी पा लेने देते हैं, जो हमारे जीवन के क्षेत्र से निश्चय ही बहुत दूर है।”^१

प्राचीन यूनान में यह मान्यता थी कि सपने रहस्यपूर्ण ढंग से भविष्यवाणी कर सकते हैं। सोफोक्लेस के नाटक में ऐसे अनेक सपनों का वर्णन है जो भविष्यवाणी करते हैं।^२ यूनान के विख्यात चिकित्सक हिपोक्रेटिस ने भी अपनी एक पुस्तक में सपनों का सम्बन्ध कुछ रोगों से जोड़ा है। उन का कहना था कि जब कोई व्यक्ति स्वस्थ रहता है, तो सपने उस के पुराने अनुभव को बिलकुल सटीक रूप से ज्यों का त्यों दुहरा देते हैं।

हिपोक्रेटिस से पूर्व यूनान के चिकित्सक रोगी को चिकित्सा के देवता Aesculapius (ऐस्क्युलापियस) के मन्दिर में भेज कर उस से देवताओं की पूजा कराते थे। बाद में वे उसे रात भर दुम्बे की खाल पर सोने देते थे। चिकित्सकों का विश्वास था कि इस निद्रा में उसे जो स्वप्न दिखाई देंगे, उन में उसे अपनी चिकित्सा-पद्धति के बारे में पता चल जायेगा। उन का विश्वास था कि प्रत्येक रोगी अपने रोग के सपने अवश्य देखता है, और उन सपनों की सही जानकारी रोगी से पाने पर वे उस के रोग का सही निदान कर सकते हैं। इस बारे में आधुनिक चिकित्सकों के मत आप आगे पढ़ेंगे।

यूनान के कुछ ग्रन्थों को पढ़ने से यह भी ज्ञात होता है कि वहाँ भी पहले सपनों को ‘देवताओं द्वारा दी गयी प्रेरणा अथवा भविष्यवाणी’ माना जाता था। अरस्तू ने पहली बार यह प्रमाणित करने का प्रयत्न किया कि सपनों में ऐसी शक्ति नहीं है। भारत के चार्वाक-दर्शन के समर्थकों की भाँति उन की भी मान्यता थी कि ‘स्वप्नावस्था के अनुभव भ्रममात्र है।’ उन का कहना था कि शरीर में प्रति दिन उत्पन्न होने वाले एक प्रकार के दोष से आदमी पहले की देखी हुई वस्तुओं को प्रत्यक्ष के समान देखने लगता है। उसे ही स्वप्नावस्था कहा जाता है। अतः स्वप्नावस्था जब कोई अवस्था है ही नहीं तब उस के आधार पर किसी वस्तु की कल्पना कैसे की जा सकती है? वैसे वे इतना अवश्य मानते थे कि स्वप्न शरीर में सूक्ष्म रूप से आरम्भ हुए रोगों को, जिन्हें हमारा मन समझ नहीं पाता, समझने की कुंजी प्रदान करते हैं।

अरस्तू और उन के समर्थक कुछ भी कहे, लाखों वर्षों से मानव ने सत्य के प्रबल प्रकाश में यह देखा है कि स्वप्न अधिकांशतः प्रतीकवादी होते हैं, और यह भी कि स्वप्नों में मानव की अवचेतना प्रतीकों द्वारा दबी हुई आकांक्षाओं को व्यक्त करती है। यह बात अलग है कि स्वप्न विज्ञान की इन प्रतीकों को समझने की सब कोशिशें अभी तक सौ फ्रीसदी सफल नहीं हुई हैं। वैसे, जैसा कि हम पीछे कह आये हैं, स्वप्नों की व्याख्या करने का कार्य हजारों साल से होता चला आ रहा है।

१. The World of Dreams—Philosophical Library, New York.

२. The Dreams in Homer and Greek Tragedy—Columbia Univ. Press.

ब्रिटिश लाइब्रेरी में प्राचीन मिस्र की एक पाण्डुलिपि सुरक्षित है, जिस में सैकड़ों स्वप्नों की व्याख्याएँ दी गयी हैं। इस पाण्डुलिपि का काल ईसा से २०० वर्ष पूर्व बताया जाता है।

एक रोमन सम्राट् ने एक ऐसे दरबारी की हत्या करवा दी थी, जो सपने में सम्राट् की हत्या करने की कोशिश कर रहा था। स्कोल्ज नामक स्वप्नशास्त्री के अनुसार उस का यह कृत्य अनुचित नहीं था, कारण “हमारी नग्न भावनाएँ ही सपनों में व्यक्त होती हैं। मैं सपने में भी ऐसा करने की नहीं सोच सकता,” वाला मुद्दावारा सचमुच अर्थबोधक है—दोहरे अर्थों में अर्थवान्। हम पूरी तरह सच्चे ईमानदार सपनों में ही होते हैं। सपनों में ही हम अपना असली स्वरूप देख पाते हैं, वह रूप जो उस रूप से सर्वथा भिन्न होता है जो हम दुनिया के सामने पेश करते हैं।

टीपू सुल्तान के विस्मयजनक सपने

अपनी राजनीतिक शक्ति के चरमोत्कर्ष में महत्त्वाकांक्षी टीपू सुल्तान भी जो सपने उसे दिखाई देते थे, उन्हें वह रोज एक रोजनामचे में लिखता जाता था। उस का यह रोजनामचा, जो १७८६-७ और १७९८-९९ के बीच देखे गये सपनों के आधार पर लिखा गया था, उस के अन्य गुप्त कागज-पत्रों के साथ कर्नल कर्कपैट्रिक को मिला था, जिन्होंने उस का अँगरेजी अनुवाद १८०० में प्रकाशित करवाया। मूल रोजनामचा इण्डिया हाउस लाइब्रेरी में सुरक्षित है।

टीपू के कुछ सपने तो सच निकले, पर कुछ को पढ़ कर स्वप्नों के प्रख्यात व्याख्याकार फ्रॉयड का यह कथन याद आ जाता है : “अनगढ़ व्यक्तियों के स्वप्नों में अधिकांश आदिम प्रवृत्तियों की अभिव्यक्ति रहती है। वे आशामय होते हैं, और उन्हें आकस्मिक नहीं माना जा सकता।” अपनी जिन दबी हुई महत्त्वाकांक्षाओं को टीपू चेतनावस्था में स्पष्ट रूप से नहीं समझ पाता होगा, उन्हें वह अपने सपनों में सुस्पष्ट देख और समझ सकता था।

यह उल्लेखनीय है कि सिकन्दर और नेपोलियन के समान महान् विजेता बनने की महत्त्वाकांक्षा रखने वाले टीपू की सपनों में भेंट मराठों, निज़ाम, यूरुपियनों से तो, जिन्हें उस ने हराया था, हुई पर मैसूर-महाराज से एक बार भी नहीं हुई, जिन से संघर्ष में उसे मुँह की खानी पड़ी थी। आशामय सपनों में अप्रिय बातें कम ही दिखाई पड़ती हैं।

रोजनामचा के अनुसार एक रविवार को उस ने सपने में देखा कि एक वृद्ध सज्जन हाथ में काँच का एक डेला ले कर उस के पास आये, और कहने लगे—“वह पहाड़ जहाँ ऐसे काँच की खदान है, सेलम के निकट स्थित है।” बाद में, पता लगाने पर मालूम पड़ा कि सेलम के निकट स्थित एक पहाड़ में सचमुच काँच की खदान थी।

टीपू अपने को सिकन्दर के समान ही महान् योद्धा और विजेता समझता था, यह बात उस के इन तीन सपनों से स्पष्ट हो जाती है।

साल शिवा ८१२१ मुहम्मद (१२१८) में, जब वह फरूकी के इलाके से अपनी फ़ौज के साथ लौट रहा था, उसे मालूम पड़ा कि चीन के बादशाह के कुछ दूत उस से मिलने आये हैं। उन्होंने उसे एक सफ़ेद हाथी उपहार में देते हुए कहा : “चीनियों ने सिकन्दर और हुजूराला के अलावा किसी को सफ़ेद हाथी भेंट में नहीं भेजा।” इसी बीच सवेरा हो गया, और उस की आँखें खुल गयी।

जर हिसाब के अनुसार बुस्साद के हैदरी महीने के २१वें दिन तुंगभद्रा के पार उस ने सपने में देखा कि कयामत का दिन आ पहुँचा है। तभी एक हट्टे-कट्टे अरब ने टीपू का हाथ थाम कर पूछा : “जानते हो मैं कौन हूँ ?” टीपू के ना कहने पर उस अरब ने कहा : “मैं मुर्तजा अली हूँ। अल्लाह के रसूल ने कहा है कि वे तुम्हारे बिना बहिश्त में क़दम नहीं रखेंगे।”

रहमानी महीने के पचीसवें दिन, टीपू को सपना दिखाई पड़ा कि हजरत मुहम्मद ने उसे एक के बाद एक तीन पगड़ी देते हुए फ़रमाया : “इसे सर पर पहनो।” इस सपने का खुलासा उस ने यह किया कि अल्लाह और उन के पैगम्बर ने उसे सारी दुनिया की बादशाहत अता की है।

साल सुराग ७१२१ मुहम्मद (१२१७) के जलाकरी महीने के बीसवें दिन अल्लाह से यह दुआ माँगने के बाद कि पहाड़ी इलाकों के काफ़िरों से इस्लाम कबूल कराओ, उसे यह सपना दिखाई दिया कि रास्ते में आगे के पाँवों से चलने वाली शेरनुमा गाय अपने बछड़े के साथ खड़ी है। और वह इस गाय और बछड़े को छोटे-छोटे टुकड़ों में काटने का इरादा कर रहा है। सपना भंग हो जाने के कारण, यह इरादा पूरा नहीं हुआ। इस सपने का खुलासा उस ने इस प्रकार किया : “शेरनुमा गाय असल में पहाड़ी इलाके के ईसाई हैं, जो खुद लड़ाई छेड़ेंगे, पर लड़ाई में आसानी से हार जायेंगे।”

३२२१ मुहम्मद (१२२३) के खुसरवी महीने के पहले दिन उस ने आर्काट के बेवफा मुहम्मद अली को मरते देखा। यह सपना सच निकला।

जुमादी महीने के तीसरे दिन उस ने सपने में देखा कि उस के सामने चाँदी की तीन तश्तरियों में उस के बाग की ताजी और रसीली खजूरें रखी गयी हैं। जागने पर उस ने इस सपने की व्याख्या इस प्रकार की कि उस के तीन बेवफा सरदारों की सारी सम्पत्ति उसे मिल जायेगी। उस की यह व्याख्या सच निकली। उसी महीने के तीसरे दिन उसे समाचार मिला कि एक बेवफा सरदार निज़ाम अली चल बसा है। उस का सारा मालमत्ता टीपू ने ही अपने क़ब्जे में कर लिया।

एक प्रख्यात भविष्यसूचक सपना

सपने कभी-कभी भविष्य का आभास दे देते हैं, इस बात की पुष्टि मिस्र के इतिहास की ढाई हजार साल पुरानी निम्न घटना से की जाती है, जिस का हवाला स्वप्न-विशेषज्ञ अकसर देते हैं।

उन दिनों, मिस्र के शासक फ़ैरोआ ने स्वप्न देखा कि नील नदी के अन्दर से सात स्वस्थ और सफ़ेद गायें बाहर आकर घास चरने लगी हैं। कुछ समय पश्चात् सात मरियल-सी और काले रंग की गायें बाहर निकली, और सातों सफ़ेद गायों को मार कर खा गयी। फ़ैरोआ की आँखें खुल गयी, पर इस दुःस्वप्न का अर्थ उस को समझ में न आया।

अगले दिन, उस ने अपने दरबारियों से इस स्वप्न के अर्थ पूछे। पर, कोई भी दरबारी इस अद्भुत स्वप्न के अर्थ न बता पाया। फ़ैरोआ ने घोषणा की कि जो व्यक्ति इस सपने के सही अर्थ बता देगा, उसे उचित पुरस्कार दिया जायेगा।

अन्त में, फ़ैरोआ को किसी ने सूचित किया कि एक यहूदी कैदी सपनों के अर्थ बताने में अत्यन्त कुशल है। फ़ैरोआ ने फ़ौरन उसे बुला भेजा। यहूदी कैदी ने सपने का पूरा विवरण सुन कर कहा : “इस सपने के अर्थ अत्यन्त सरल हैं। अगले सात वर्षों तक आप के देश-मिस्र-में खुशहाली रहेगी। आप के सपने में प्रकट होने वाली सात स्वस्थ और सफ़ेद गायें सात साल तक चलने वाली इस समृद्धता का ही प्रतीक थीं। इन सात सालों के बाद, आप के देश में अकाल पड़ेगा। सपने में आने वाली काली गायें उस अकाल की ही द्योतक थीं।”

फ़ैरोआ ने, अपने वादे के मुताबिक, कैदी को मुक्ति दे दी, और फिर आदेश दिया कि समृद्धता के पहले सात वर्षों में इतना अन्न संग्रह कर के रखा जाये जो अकाल के सात वर्षों में अकाल-पीड़ित प्रजा के काम आ सके।

यहूदी की स्वप्न-व्याख्या सच निकली। पहले सात वर्षों में मिस्र में खूब अनाज पैदा हुआ, दूध-घी की नदियाँ बहती रहीं। पर, सात वर्ष बीत जाने के बाद, अकाल पड़ने लगा। तब समृद्धि के सात वर्षों में जमा किया हुआ अन्न ही प्रजा के काम आया।

बाइबिल-स्वप्नकथाओं का भण्डार

बाइबिल (ओल्ड टेस्टामेन्ट) में भी स्वीकार किया गया है कि स्वप्न सन्देश-वाहक होते हैं। बाइबिल में, जो सपनों के वृत्तान्तों से भरी पड़ी है (और वृद्ध व्यक्ति सपने देखेंगे), स्वप्नों की व्याख्या करने वालों का उल्लेख अत्यन्त सम्मान और आदर से किया गया है। राजा नेबूसादुएज्जार (Nebuchadnezzar) की कहानी से पता चलता है कि वे अन्य बाइबिलकालीन राजाओं, सन्तों और महान् व्यक्तियों की भाँति सपनों में निहित साकेतिक भविष्यवाणियों में विश्वास करते थे, और उन के पीछे कार्य कर रही प्रक्रिया को पूरी तरह न समझते हुए भी मानते थे कि उन में देह, मन और

अन्तर-आत्मा के ऊर्ध्व स्तरों पर अबाध विचरने की शक्ति है। जोसेफ़ ने सपने में सूर्य, चन्द्र और ग्यारह नक्षत्रों को अपने सामने झुकते हुए देखा था। ये थे क्रमशः उस के पिता, माता और ग्यारह भाई।

‘न्यू टेस्टामेन्ट’ में भी ऐसे अनेक उदाहरण पाये जाते हैं^१ जिन से उस काल के ईसाइयों की सुखदायक स्वप्नों-सम्बन्धी धारणा का पता चलता है। इस ग्रन्थ के प्रणेता सपनों को भविष्य में होने वाले शुभ परिणामों का सूचक मानते थे। एक कथा के अनुसार एक देवदूत ने स्वप्न में जोसेफ़ से कहा कि “मेरी का होने वाला पुत्र अपने लोगों की उन के पापों से रक्षा करेगा।” जब पूर्विय देशों के तीन विद्वान् नवजात शिशु को देखने आये तो उन्हें स्वप्न में संकेत मिला कि उन्हें हैरोड से दूर रहना चाहिए। उन्होंने स्वप्न में मिली इस सूचना के अनुसार अपने देश को वापस लौटने के लिए अन्य मार्ग अपनाया। ईश्वर ने जोसेफ़ को भी स्वप्न में ही आदेश दिया कि वह शिशु और उस की माँ को लेकर मिस्र भाग जाये, ताकि हैरोड की कुटिल योजनाएँ सफल न हो पायें। बाइबिल के प्रत्यादेशों के रचयिताओं (Revelationists) के सारे ‘दैवी सन्देश’, सपनों में ही प्रकट हुए बताये जाते हैं।^२

एक अन्य आधुनिक धर्म BAHAI में उस के अनुयायियों को यह सीख दी गयी है : “इस सत्य से अवगत हो कि ईश्वर के लोक अनगिनत हैं...सोते समय तुम स्वप्न-लोक में पहुँच जाते हो, जो पृथ्वी-लोक से सर्वथा भिन्न है। इस लोक का न आदि है, न अन्त, और यह ईश्वर का एक विलक्षण लोक है। प्रत्यक्ष आन्तर ज्ञान के प्रकाश में ही सपनों की वाणी के रहस्य को समझा जा सकता है।”

सपने-मानवता की स्थिति के निर्णायक

विश्व-इतिहास की अनेक घटनाएँ इस बात की साक्षी हैं कि सपने मानवता की नियति के निर्णायक रहे हैं और कई बार उन्होंने इतिहास को एक नया मोड़ प्रदान किया है।

सपनों के सहारे जिन अनेक राजाओं को युद्ध में विजय मिली, उन में से एक गिडियन भी थे, जो मिडियानित्स को जीतना चाहते थे। युद्ध से पहले उस के एक सैनिक ने सपना देखा कि एक रोटी ने शत्रुशिविर पर प्रहार कर उसे उलटा कर दिया है। इस सपने को सफलता का सूचक-चिह्न मान कर उस ने शत्रु पर आक्रमण किया और विजय प्राप्त की।

रोम के विजेता तथा रोमन-सम्प्रदाय में ईसाई-धर्म को प्रतिष्ठापित करने वाले कौन्सेन्टाइन महान् को इस कार्य की प्रेरणा सपने में ही प्राप्त हुई थी। एक रात उस

१. Genesis, 37, 9.

२. Dreams in the Bible—Thomas Paine.

३. Acts, 2 : 17.

ने एक प्रदीप्त सलीब सपने में देखा। इस सलीब के नीचे तीव्र अक्षरों में लिखा था : “इस की सहायता से विजय प्राप्त करो।” यह स्वप्न देखने के पूर्व उस की श्रद्धा ईसाई-धर्म में बिलकुल न थी, पर इस स्वप्न का उस पर इतना अधिक प्रभाव पड़ा कि वह शीघ्र ही ईसाई बन गया। इतना ही नहीं, उस ने यह भी बीडा उठाया कि वह रोम-सम्राट् को पराजित कर के, रोम-साम्राज्य में ईसाई धर्म को अधिष्ठित करेगा। इतिहास साक्षी है कि उस ने अन्ततः ऐसा ही किया। उस के इस कार्य ने मानवता के इतिहास को एक महत्वपूर्ण मोड़ प्रदान किया।

क्विलयोपेट्रा के प्रेमी सीजर को भी सपने में चेतावनी मिल चुकी थी कि अमुक दिन उस की हत्या की जायेगी। सपनों में सुनी गयी भविष्यवाणियों में गहरी श्रद्धा रखते हुए भी उस ने, न जाने क्यों, इस चेतावनी पर कोई ध्यान नहीं दिया, और ठीक उसी दिन उस की हत्या हो गयी। “उस ने चेतावनी सुनी, पर उस की अवहेलना की, और उस की मृत्यु का उत्तरदायित्व स्वयं उस पर ही है।”

इसी प्रकार, हैनरी तृतीय ने भी सपने में अपनी हत्या का पूर्वदर्शन कर लिया था।

अमरीका के राष्ट्रपति लिंकन ने भी, अपनी हत्या के कुछ दिन पहले, अपनी होने वाली हत्या की चेतावनी एक सपने में प्राप्त कर ली थी। उन की हत्या के बाद अमरीका की राजनीति में एक नया मोड़ आया।

११ अप्रैल, १९६५ को, अपनी हत्या के तीन दिन पहले, उन्होंने राष्ट्रपति-भवन में अपने मित्रों को प्रीति-भोज दिया था। उन दिनों दक्षिणी अमरीका के कुछ विद्रोहियों ने लिंकन की नीग्रो-नीति के विषय संघर्ष छेड़ रखा था। लेकिन, यह प्रीति-भोज विद्रोही सेनापति जनरल ली के आत्मसमर्पण कर देने की खुशी में दिया गया था। राष्ट्रपति को इस आनन्द के अवसर पर भी उदास देख कर, उन की पत्नी ने नाराजगी जाहिर की। तब, उन्होंने उपस्थित व्यक्तियों को अपने उस सपने के बारे में बताया, जो उन्होंने करीब दस दिन पहले देखा था। उन्होंने कहा :

“उस रात मैं देर से सोने के लिए गया था। कारण यह था कि मुझे मोर्चे पर से आने वाले समाचारों की प्रतीक्षा थी। बिस्तर पर लेटे कुछ क्षण ही बीते होंगे कि मुझे नींद आ गयी, और सपने दिखाई देने लगे। एक सपने में मैं ने देखा कि मेरे चारों ओर मौत की सी नीरवता छाये है। फिर मैं ने अनेक व्यक्तियों को सुबकते हुए सुना। अनेक सूने प्रकोष्ठ पार कर मैं एक कमरे में पहुँचा। वहाँ सुबकियाँ तो तेजी से सुनाई दी, पर विलाप करने वाले कहीं नजर नहीं आये। मैं ने फिर अन्य कमरे छान मारे। सुबकियाँ बराबर मेरा पीछा करती रहीं, पर कहीं किसी व्यक्ति का नामोनिशान न था। प्रकाशमान कमरों की सभी वस्तुओं से मेरा पूर्व-परिचय था, पर समझ में न आता था कि कौन, कहाँ और क्यों विलाप कर रहे हैं? मेरी हैरानी बढ़ती ही जा रही थी। मैं ने इस रहस्य के मूल तक पहुँचने का दृढ़ निश्चय कर

लिया। अन्त में, पूर्वीय कक्ष में आ कर, मुझे एक स्तब्धकारी दृश्य दिखाई दिया। कक्ष के ठीक मध्य में एक शव-पेटी रखी थी, जिस की रक्षा उस के चारों ओर खड़े रक्षक कर रहे थे। बहुत से व्यक्ति, जिन का चेहरा हँका था, करुण विलाप कर रहे थे। मैं ने एक रक्षक से पूछा : “कौन मर गया है राष्ट्रपति-भवन में ?” उस ने उत्तर दिया : “राष्ट्रपति नहीं रहे। किसी हत्यारे ने उनकी हत्या कर दी।” उस के ऐसा कहते ही, विलाप करने वाले लोग जोर-जोर से रोने लगे, और तभी मेरी आँख खुल गयी। इन्ध के बाद मैं सारी रात नहीं सो पाया। मैं जानता हूँ कि मैं ने जो कुछ देखा था, वह महज एक सपना ही था, पर तब से मैं काफ़ी व्यग्र हूँ।”

और चार दिन बाद, लिंकन का शव लगभग उसी प्रकार राष्ट्रपति-भवन में रखा दिखाई दिया, जिस प्रकार उन्होंने सपने में देख कर अपने मित्रों को बताया था। स्वप्न और यथार्थ में इतनी गहन समानता देव कर आज भी लोग और कुछ स्वप्न-शास्त्री आश्चर्य करते हैं।

लेकिन, स्वप्नशास्त्री जुंग ने लिंकन के इस स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की है : “यदि हम हत्या से पूर्व के लिंकन की मनोदशा का बारीकी से अध्ययन करें तो इस स्वप्न और संसिद्धि का रहस्य आसानी से हमारी समझ में आ सकता है। दुबारा राष्ट्रपति निर्वाचित होने पर, नीग्रो लोगों को गोरे लोगों के समान अधिकार दिलाने की उन की नीति के कारण, दक्षिणी अमरीका में उन के शत्रुओं की संख्या काफी बढ़ गयी थी। इन में से कुछ ऐसे थे जो लिंकन को मार ही डालना चाहते थे। राष्ट्रपति की हत्या के षड्यन्त्रों के समाचार प्रायः प्रतिदिन समाचारपत्रों में आते रहते थे। कुछ दुःसाहसी विरोधियों ने तो लिंकन को पत्र लिख कर चेतावनी भी दे दी थी कि उन का अन्त समय निकट आ गया है। लिंकन के मित्र, सहयोगी और शुभचिन्तक काफ़ी चिन्तित रहने लगे थे। अन्दर ही अन्दर चिन्तित लिंकन भी थे, पर ऊपर से वे निश्चिन्त और प्रसन्न दिखाई देते थे, तथा अपनी हत्या की सब धमकियों को हँस कर टाल देते थे। लेकिन, उन के व्यग्र अन्तर्मन ने ही जैसे उस स्वप्न की सृष्टि कर, उन्हें चेतावनी दे दी थी कि हत्या से बचने के लिए सावधानी की आवश्यकता है।”

स्वप्न और यथार्थ में ऐसी ही विस्मयजनक समानता के दर्शन विद्व को इस घटना से करीब ५० वर्ष पूर्व घटी एक घटना के माध्यम से भी हुए थे।

१८१२ में ब्रिटेन के जॉन विलियम्स नामक व्यक्ति को लगातार कई रातों तक यह स्वप्न दिखाई दिया कि तत्कालीन वित्त-मन्त्री पर्सीविल की पार्लियामेंट में हत्या की जा रही है। जब यह दुःस्वप्न उन्हें कई बार दिखाई दिया तो उन्होंने याद कर के यह नोट कर लिया कि मृत पर्सीविल के सफेद वेस्टकोट पर उन्हें खून के धब्बे कहाँ दिखाई पड़े, और उन के हत्यारो का हुलिया और पोशाक कैसी थी। उन्होंने इस स्वप्न की चर्चा जिस किसी से भी की, उस ने उन का मजाक ही उड़ाया। पर, ये ही लोग उस समय मूक-स्तब्ध रह गये जब कुछ समय पश्चात् पर्सीविल की हत्या सचमुच

पालियामेंट में उस समय हुई, जब वे सफ़ेद बेस्टकोट पहने हुए थे, और उस पर खून के धब्बे उसी प्रकार पड़े, जिस प्रकार सपने में जॉन विलियम्स को दिखाई दिये थे। हत्यारों के हलिये और पोशाकों भी हूबहू सपने में दोगे हलियों और पोशाकों के समान ही थीं।

सपनों की ऋणी-जॉन ऑफ़ ऑर्क

इतिहास-प्रसिद्ध जॉन ऑफ़ ऑर्क को अपने जीवन-कार्य की प्रेरणा सपनों में ही मिली थी। इतना ही नहीं, उस के जीवनी-लेखक का कहना है कि भावी घटनाओं का संकेत करने वाले स्वप्न आजीवन उसे प्रेरणा और दिशा प्रदान करते रहे।

अमरीका के विशाल नगर साल्ट लेक के जन्म और विकास का श्रेय भी एक स्वप्न को ही प्राप्त है। जोसेफ स्मिथ नामक व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि घने जंगलों में जाकर वह इस 'पवित्र भूमि' का आविष्कार और उद्धार करे। उस ने ऐसा ही किया, और वर्तमान साल्ट लेक नगर उसी के प्रयत्नों का साकार रूप है।

अफ़्रीका की मसाई नामक कबीले के चिकित्सक लाइबन ने, जिन की मृत्यु उन्नीसवीं सदी के मध्य में हुई, एक स्वप्न के माध्यम से अफ़्रीकी महाद्वीप में गोरे लोगों के आगमन की बात काफी पहले जान ली थी। उन्होंने एक सपने में देखा कि एक गोरा व्यक्ति अफ़्रीका में एक लम्बा-चौड़ा साँप (जो वास्तव में रेल का प्रतीक था) लेकर आया है, और यह साँप अफ़्रीका में फैलता जा रहा है। इसी सपने में उन्होंने गोरे व्यक्ति को एक विशाल पक्षी (वायुयान का प्रतीक) को उड़ते देखा। उन्होंने अगले दिन अपने कबीले के लोगों से कहा कि यदि उन्होंने भविष्य में अफ़्रीका आने वाले गोरे व्यक्तियों से छेड़छाड़ की या उनके काम में बाधा पहुँचायी तो वे प्लेग के शिकार हो जायेंगे। गोरे लोगों के अफ़्रीका-आगमन के बाद, जब तक इन लोगों ने इस चेतावनी को ध्यान में रखा, उन का कुछ न हुआ, पर इस चेतावनी को भूलते ही उन में से अधिकांश को प्लेग ने आ दबोचा।

इतिहास-प्रसिद्ध राजा क्रोसू को एक रात सपने में दिखाई दिया कि किसी ने उस के पुत्र एथिस की हत्या कर दी है। उस ने अपने पुत्र की रक्षा के लिए एक व्यक्ति को नियुक्त किया, पर इसी व्यक्ति ने कुछ दिन बाद एथिस की हत्या की। क्रोसू का सपना अन्ततः सच्चा साबित हुआ।

प्रत्यक्ष घटनासूचक सपने

इतिहास के प्रेमी जूलियस सीज़र की हत्या के उस प्रकरण से भी परिचित हैं, जो सीज़र की पत्नी क्लॉपनिया के एक स्वप्न के पश्चात् हुई थी। इस सपने में क्लॉपनिया ने एक अनजान व्यक्ति को सीज़र की हत्या करते देखा था। सीज़र की हत्या, अन्त में, उसी ढंग से हुई जिस ढंग से उस की पत्नी ने सपने में होती देखी थी।

अमरीका के एक जज ने एक रात सपना देखा कि वह एक गिरजे में हो रही अन्त्येष्टि क्रिया में भाग ले रहा है, और यह क्रिया सम्पन्न कराने वाला पादरी उस की ओर देख कर कह रहा है, “३१ दिन”। जज ने यह भी देखा कि शवपेटी में अमरीका के तत्कालीन प्रेसीडेंट रूजवेल्ट का शव है। प्रेसीडेंट रूजवेल्ट उन दिनों जीवित और काफ़ी स्वस्थ थे।

जागने के बाद, जज महोदय ने इस दुःस्वप्न को भूलने की कोशिश की। पर ठीक ३१ दिन बाद उन्हें अपनी माता के अन्त्येष्टि संस्कार में जाना पड़ा। स्वप्नशास्त्री यह बताने में असमर्थ है कि उन्हें सपने में अपनी माता के स्थान पर शवपेटी में लेटे रूजवेल्ट के दर्शन क्यों हुए थे। सम्भवतः वह अपनी माता का उतना ही आदर करते थे, जितना रूजवेल्ट का।

यह प्रत्यक्ष घटनासूचक सपना कुछ समय पूर्व, अमरीका के एक विख्यात मानस-रोगविशेषज्ञ को दिखाई दिया था। सपने में उन्होंने देखा कि एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त के कारण जान-माल की काफ़ी हानि हुई है। सपने में घायल यात्रियों की चीख-पुकारें उन्हें साफ़ सुनाई दे रही थी। वे हड़बड़ा कर उठ बैठे, और यह सपना अपनी पत्नी को सुनाने लगे। इस घटना के कुछ घंटे बाद, करीब ७० मील की दूरी पर एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त सचमुच हुई। इस दुर्घटना में जान-माल की काफ़ी हानि हुई।

रेल-दुर्घटना के एक अन्य भविष्यसूचक सपने ने अमरीका में एक युवक की जान बचायी थी। यह युवक जिस दिन रेल-द्वारा यात्रा करने वाला था, उस से पूर्व रात में दिखाई दिये एक सपने में उसने देखा कि एक रेल-दुर्घटना में गाड़ी के डिब्बे में रखे स्टोव के अपने ऊपर गिर जाने के फलस्वरूप वह गम्भीर रूप से घायल हुआ है। यह सपना देख कर उस ने रेल-यात्रा का विचार स्थगित कर दिया। यह उस के हित में अच्छा ही हुआ। कारण जिस रेल द्वारा वह यात्रा करने वाला था, वह सचमुच दुर्घटना-ग्रस्त हुई। इतना ही नहीं, इस दुर्घटना में एक व्यक्ति रेल-दुर्घटना के कारण नहीं, एक स्टोव के अपने ऊपर गिर पड़ने के परिणामस्वरूप गम्भीर रूप से घायल हुआ।

सपने में भयानक हत्या का पूर्वाभास

कुछ समय पहले, समाचारपत्रों में एक घटना प्रकाशित हुई थी, जिस में रोम की एक पत्नी ने सपने में घर से बाहर गये अपने पति की मृत्यु का दृश्य स्पष्ट रूप से देखा था। उस ने सपने में उस युवती को भी जीवन में पहली बार देखा, जिस से उस का पति प्रेम करता था, और जो उस की मृत्यु का कारण बनी थी। सपने की इस पहचान के बल पर ही रोम की पुलिस उस युवती को गिरफ़्तार कर सकी।

पत्नी का नाम था एमीलिया। एक रात, जब धनी और व्यापारी पति किसी काम से रोम से बाहर गया हुआ था, उस ने सपने में देखा कि एक सर्द और खाली

कमरे में, जो देखने में गैरेज-सा लगता था, उस का पति मरा हुआ पड़ा है। तभी एक आकर्षक युवती वहाँ आयी, और उस की (पत्नी की) ओर उपहासपूर्ण दृष्टि से देखने लगी।

इस भयानक सपने को देखते ही एमीलिया को आँखें खुल गयीं। यद्यपि उस ने एक सपना ही देखा था, तथापि उसे लगा कि उस के पति किसी दुर्घटना में ग्रस्त होकर मर गये हैं।

तीन दिन तक पति के आने की प्रतीक्षा करने के बाद, वह पुलिस-स्टेशन पहुँची। तीन दिन पहले उस ने जो डरावना सपना देखा था, उसे पुलिस को सुना कर, वह कहने लगी, “मेरे पति तीन दिन से लापता हैं। मुझे डर है कि उन की हत्या कर दी गयी है। मुझे यह भी डर है कि इस काण्ड में उस युवती का हाथ है, जो सपने में मेरी ओर देख कर मुसकरा रही थी।”

पुलिस के यह पूछने पर कि क्या उस के पति की कोई प्रेमिका थी? उस ने कहा कि उसे इस बारे में कोई जानकारी नहीं है। पुलिस ने मामले की जाँच का आश्वासन दिया।

अगले चौबीस घंटों तक एमीलिया अपने फ्लैट में अपनी एक पुरानी सहेली एंजिला के साथ रही। बाद में एंजिला ने पत्रकारों को बताया, “एमीलिया को पूरा विश्वास था कि उस के पति की हत्या की गयी है, और अब वह अपने पति के दर्शन कभी नहीं कर पायेगी।”

एमीलिया की धारणा गलत नहीं निकली। अगले चौबीस घंटों के अन्दर ही पुलिस ने उस के पति का शव रोम से पचास मील उत्तर में स्थित एक खोह में बरामद किया। खोह के बाहर पुलिस को एमीलिया के पति की ध्वस्त कार भी मिली, जिस से आभास होता था कि मौत कार-दुर्घटना के कारण हुई है।

यदि एमीलिया ने पुलिस को अपने सपने के बारे में न बताया होता, तो पुलिस इस मामले को दुर्घटना ही मान कर उसे समाप्त कर देती। पर, सपने के बयान को आधार मान कर, पुलिस ने शव-परीक्षा का आदेश दिया। शव-परीक्षा से यह खौफनाक तथ्य सामने आया कि एमीलिया के पति रूसी की हत्या उसे जहर देकर की गयी थी।

कुछ दिन बाद, पुलिस ने एक होटल में रूसो की प्रेमिका लिसा और उस के प्रेमी मारी को रूसो की हत्या करने के अभियोग में गिरफ्तार किया। पूछताछ से पता चला कि लिसा रूसो से ऊब चुकी थी, पर रूसो उस का पीछा छोड़ने को तैयार न था। लिसा और उस के प्रेमी मारी ने गुप्त रूप से समझौता किया कि रूसो से एक लम्बी रकम ऐंठ कर उस का खात्मा कर दिया जाये। इस रकम से वे दोनों अपने लिए एक मकान खरीदना चाहते थे।

लिसा के आग्रह पर रूसो ने यह रकम बैंक से निकाल कर उसे दे दी। रकम

ले कर लिसा ने उसे शराब का एक पेग दिया, जिस में मारी ने पहले से ही जहर मिला रखा था। इसे पीते ही रूसो खत्म हो गया। दोनों ने उस की लाश को स्वयं उस की ही कार में लादा, और उस खोह में ला कर छोड़ दिया, जिस का जिक्र अभी-अभी हो चुका है। खोह के बाहर खड़ी रूसो की कार को उन्होंने ध्वस्त कर दिया, ताकि देखने वालों को लगे कि रूसो की मौत कार-दुर्घटना के कारण हुई।

मारी ने अपने बयान में कहा कि वह इस हत्याकाण्ड में शामिल नहीं था। पर उस की इस बात का विश्वास न पुलिस ने किया न अदालत ने। दोनों को आजीवन कारावास का दण्ड प्रदान किया गया।

इस मामले में दो विस्मयजनक तथ्य और सामने आये। जब पुलिस ने शिनाख्त के लिए एमीलिया को लिसा का फोटो अन्य युवतियों के फोटो के साथ दिखाया, तो उस ने फौरन लिसा को पहचानते हुए कहा, 'यही थी वह युवती जो सपने में मेरी ओर देख कर हँस रही थी।' उधर, लिसा ने अपने अन्तिम बयान में स्वीकार किया कि जब उस ने और मारी ने रूसो की लाश को खोह में रखा था, तो उसे यह स्पष्ट अनुभूति हुई थी कि कोई अपरिवित महिला उसे ऐसा करते देख रही है। यह अनुभूति इतनी तीव्र थी कि उस ने मारी से भी इस का जिक्र किया। पर, मारी ने खोह के अन्दर-बाहर अच्छी तरह देखभाल कर के लिसा को बताया कि उन दोनों के अतिरिक्त वहाँ कोई नहीं है।

इस घटना से मिलती-जुलती एक घटना आज से करीब पचास वर्ष पूर्व घटी थी।

अमरीका के वाल्टर प्रिस नाम के एक डॉक्टर को एक रात एक अजीब सपना दिखाई दिया। उन्होंने देखा कि एक स्त्री ने उस के हाथ में लाल स्याही से लिखा एक कागज दिया है। कागज में लिखा था कि पत्र लाने वाली स्त्री को मौत की सजा दी जाये। इस से पहले कि डॉक्टर यह तय कर सके कि यह स्त्री कौन है, उन्होंने अनुभव किया कि कोई अज्ञात व्यक्ति ऐसी सजा देना आरम्भ भी कर चुका है। तभी उन्हें यह अनुभूति भी हुई कि पत्र लाने वाली स्त्री ने अपने हाथ से उन का हाथ जोर से पकड़ कर अपने दाँतों में उन के एक हाथ की अँगुलियाँ फँसा ली हैं, और इस के तुरन्त बाद ही उस स्त्री का सिर धड़ से अलग हो गया।

अगले दिन उन्होंने समाचारपत्रों में सारा हैड (हिन्दी अर्थ : हाथ) नाम की स्त्री के पटरियों पर सिर रख कर आत्महत्या करने का अद्भुत समाचार पढ़ा। समाचार में बताया गया था कि इस अर्द्धविक्षिप्त स्त्री के मन में यह धारणा घर कर गयी थी कि उस के धड़ और सिर का अलग-अलग अस्तित्व है, और वे दोनों पृथक् रूप से जीवित रह सकते हैं। मरने से पहले वह एक पत्र लिख कर छोड़ गयी थी कि उसे विश्वास है कि उस की आत्महत्या के बाद भी उस का धड़ जीवित रहेगा और बाकायदा बातचीत करेगा। समाचार के साथ स्त्री के चेहरे का चित्र भी प्रकाशित

हुआ था, जो उस स्त्री के चेहरे से बहुत मिलता था, जो डॉक्टर प्रिंस को सपने में दिखाई दी थी।

इस सपने का वर्णन अमरीकी पैरासायकालोजी रिसर्च इन्स्टीट्यूट के सामने करते हुए डॉक्टर प्रिंस ने कहा, “यह सपना न जाने कैसे मुझ से आ टकराया?”¹

सपनों के बारे में वैज्ञानिक शोध करने वाली इस संस्था को दो अन्य विस्मयजनक सपनों के बारे में भी पता चला है।

इंग्लैंड का जॉन विलियम्स नामक एक धर्मप्राण व्यक्ति जुएबाजी और घुड़दौड़ से सख्त नफरत करता था। पर, २० मई, १९३३ की रात को उसे सपना दिखाई दिया कि अगले दिन होने वाली विख्यात डर्बी घुड़दौड़ में चार खास घोड़े प्रथम चार स्थानों पर आये हैं। सुबह उठते ही अपनी इस सपने की चर्चा कुछ व्यक्तियों से की, पर किसी ने उस पर विश्वास नहीं किया।

लेकिन, जब घुड़दौड़ के बाद रेडियो पर विजेता घोड़ों के नामों की घोषणा होने लगी, तो ज्ञात हुआ कि वे चार घोड़े ही पहले चार स्थानों पर आये हैं, जो विलियम्स को सपने में दिखाई दिये थे।

दूसरी घटना में इंग्लैंड की श्रीमती क्लार्क नाम की गृहिणी को सपने में दिखाई दिया कि वह अपनी कुछ सहेलियों के साथ बर्दिग नामक स्थान में पिकनिक मनाने गयी है। बर्दिग में उस की एक सहेली थी, जो प्रायः उसे अपने स्थान पर पिकनिक मनाने के लिए आमन्त्रित करती रहती थी। ऐसे अवसरों पर वह अपनी कार उसे लिवा लाने के लिए स्टेशन पर भेजती थी इसलिए, यह सपना देख कर श्रीमती क्लार्क को कोई आश्चर्य नहीं हुआ। उसे आश्चर्य इस बात से हुआ कि सपने में उस की मेजबान ने कार के स्थान पर घोड़ागाड़ी भेजी थी। सपने में श्रीमती क्लार्क ने यह भी देखा कि रास्ते में काले रंग का बटुआ पड़ा है, जो नोटों और रेजगारी से भरा है।

एक पखवारे के बाद श्रीमती क्लार्क को अपनी मेजबान के निमन्त्रण पर पुनः बर्दिग जाने का अवसर मिला। मेजबान उसे अपनी घोड़ागाड़ी में लिवाने आयी क्योंकि उस की कार खराब थी। घोड़ागाड़ी में बैठ कर श्रीमती क्लार्क ने अपनी मेजबान से कहा, “गाड़ी ज़रा धीरे-धीरे चलवाना, क्योंकि मुझे रास्ते में काले रंग का एक बटुआ मिलेगा।” मेजबान को उस की यह बात सुन कर बड़ी हैरत हुई। यह हैरत तब और ज्यादा बढ़ गयी जब सचमुच उन्हें रास्ते में काले रंग का एक बटुआ पड़ा हुआ मिला, जो नोटों और रेजगारी से भरा था।

यह एक ऐसा सपना था, जो स्वप्न देखने वाले व्यक्ति को ठीक उसी रूप में दिखाई दिया था, जिस रूप में वह बाद में घटित हुआ। पर अधिकांश सपनों में प्रायः ऐसे तत्त्व निहित रहते हैं, जिन की उत्पत्ति के मूल सूत्र की पकड़ाई आसानी से नहीं

१. Subconscious Intelligence Underlying Dreams—Macmillan Co.

हो पायी। ऐसे दुर्भाग्य सपने या तो भावी मंगल के सूचक होते हैं, या भावी अमंगल के।

मुनि, कि कुल और रहस्यमय सपनों की सच्ची कहानियाँ :
अमरीका के ओरेगन नामक स्थान के एक सिपाही को सपना दिखाई दिया कि उस के भाई की अप्रत्याशित रूप से मृत्यु हो गयी है। इस सपने से भयभीत हो कर वह जागा ही था कि फ़ोन की घंटी बज उठी। फ़ोन पर कोई परिचित स्वर उच्चैः कह रहा था कि उस के भाई का अचानक देहावसान हो गया है।

○ इस से भी विचित्र एक अन्य अमरीकी सैनिक को हुआ। छुट्टी पर घर आये इस सैनिक को मालूम पड़ा कि उसी गाँव में रहने वाली उस की प्रेमिका हाल ही में आये भूकम्प के कारण मलवे में कहीं दबी पड़ी है। काफी खोज करने पर भी वह मलवे में से अपनी प्रेमिका को पाने में असफल रहा। तब, उसी रात को उस ने सपने में वह स्थान देखा, जहाँ उस की प्रेमिका दबी पड़ी थी। अगले दिन, वह स्वप्न में दिखाई दिये स्थान में दबी पड़ी अपनी प्रेमिका को मलवे के अन्दर से बाहर निकाल लाया।

○ १९१५ में स्वीडन के जनरल जॉन को रूग्नावस्था में एक अजीब सपना दिखाई दिया। सपने में उन्होंने देखा कि स्टाकहॉम में अज्ञात हत्यारो ने उन के मित्र जनरल बेकमैन को मार डाला है। सारी रात वे यही चिन्ताते रहे, 'कमाल है, नर्स ! तुम्हें सामने उस का शव पड़ा नहीं दिखाई देता ? फ़र्श पर पड़े खून के धब्बे नहीं दिखाई देते ?'

उन की नर्स ने उन के प्रलापों पर कोई ध्यान नहीं दिया और आराम से बिस्तर पर लेटी रही। पर, जब उस ने सुबह समाचारपत्रों में पढ़ा कि स्टाकहॉम में जनरल बेकमैन की हत्या कर दी है, तो दंग रह गयी।

○ एक रविवार को अमरीकी सेना का एक अफ़सर अपनी पत्नी के साथ कार में कहीं जा रहा था। रास्ते में अफ़सर की पत्नी को झपकी आ गयी। पर, सहसा उस की आँखें खुल गयी, और उस ने अपने पति का हाथ झँझोड़ते हुए कहा, 'मैं ने अभी-अभी सपना देखा है कि हमारी लड़की के साथ एक गम्भीर कार दुर्घटना हो गयी है।'

अफ़सर को अपनी पत्नी के सपने पर विश्वास तो नहीं हुआ, पर उसे सन्तोष देने के लिए उस ने घर आ कर लड़की के घर फ़ोन किया। ज्ञात हुआ कि सचमुच लड़की एक गम्भीर कार-दुर्घटना का शिकार हो गयी थी, और यह भी कि कार-दुर्घटना ठीक उसी समय हुई थी जब उस की माँ को यह दृश्य सपने में दिखाई दिया था।

○ एक युवक रात में एक दुःस्वप्न देख कर बुरी तरह चीख पड़ा। जब उस की पत्नी ने उसे उठाया, तो उस ने इस सपने की कहानी अपनी पत्नी को सुनायी। उस ने सपने में अपने आप को सफ़ेद रंग के एक बड़े कमरे में पाया था, जहाँ एक बड़ी मेज

पर एक आदमी लेटा था। चादर से उस का आधा चेहरा और पूरा शरीर ढका था, इसलिए यह नहीं मालूम पड़ता था कि लेटा हुआ व्यक्ति कौन है। मेज के ऊपर तेज रोगनिधी वाले बल्ब जल रहे थे। इस साधारण से लगने वाले दृश्य में न जाने क्या था कि उस ने उस युवक को दहला कर रख दिया।

अगले दिन, उस युवक को फौरन एक अस्पताल में जाने के लिए फोन आया। वहाँ जा कर उसे मालूम हुआ कि उस के चाचा दुर्घटनाग्रस्त हो कर ऑपरेशन के लिए अस्पताल में लाये गये हैं। जैसे ही उस ने ऑपरेशन-रूम में प्रवेश किया, उन्हें लगा यह स्थान उस के लिए अपरिचित नहीं है। तभी उसे याद आया कि कल रात उस ने सपने में इसी कमरे में लेटे अपने चाचा को देखा था।

मौत के आरपार देखने वाले सपने

विख्यात अंगरेज कवि-उपन्यासकार रडयार्ड किप्लिंग भविष्यसूचक सपनों में कतई यकीन नहीं करते थे। पर, एक रात उन्होंने एक ऐसा सपना देखा जिस ने उन के इस विश्वास को बिलकुल बदल दिया। इस सपने में उन्होंने स्वयं को इंग्लैंड के प्राचीन राजमहल में आयोजित एक समारोह में भाग लेते देखा। वहाँ टेढ़े-मेढ़े पत्थरों से बने फर्श पर खड़े एक स्थूलकाय व्यक्ति की बाँह पकड़ कर एक अनजान व्यक्ति ने उस से कहा, “मैं आप से कुछ कहना चाहता हूँ।”

यह अजीब-सा, मगर निरर्थक-सा सपना किप्लिंग को तब जाने कैसे याद रह गया।

करीब ४० दिन बाद किप्लिंग को सचमुच इंग्लैंड के प्राचीन राजमहल में आयोजित एक समारोह में भाग लेने के लिए जाना पड़ा। जब वे वहाँ टेढ़े-मेढ़े पत्थरों से बने एक फर्श पर खड़े थे, तब उन्होंने एक स्थूलकाय व्यक्ति को अपने सामने खड़े पाया। और तभी एक अपरिचित व्यक्ति उस स्थूलकाय व्यक्ति के पास आया, और उस की बाँह पकड़ कर बोला, “मैं आप से कुछ कहना चाहता हूँ।”

किप्लिंग को कुछ समय पहले दिखा अपना सपना याद आ गया। कितना साम्य था, इस घटना और सपने में दिखी घटना में तथा उन की आँखों के सामने खड़े दोनों व्यक्तियों में और सपने में दिखाई पड़े दोनों व्यक्तियों में !

जल और थल में तेजी के नये कीर्तिमान् स्थापित करने वाले डोनार्ल्ड कैम्पबेल को अपनी भावी मृत्यु का आभास एक सपने द्वारा पहले ही हो चुका था। ५ जनवरी, १९६७ से, जब वे एक हायड्रोप्लेन द्वारा जल-थल में तेजी का एक नया कीर्तिमान् स्थापित करने वाले थे, कई दिन पहले ही उन्होंने पत्रकारों से कह दिया था : “उस दिन मेरा अन्त निश्चित है, यह भविष्यवाणी मुझे सपने में ही चुकी है। उस दिन आप लोग मुझे हायड्रोप्लेन के बाद शवपेटी में सवार होते भी देखेंगे।” कैम्पबेल का सपना सच हुआ। उन का अन्त उसी प्रकार हुआ, जैसा उन्होंने सपने में देखा था।

सपने जहाँ आने वाली मृत्यु की भविष्यवाणी कर सकते हैं, वहाँ वे अपनी भविष्यवाणी द्वारा व्यक्ति को आसन्न मृत्यु की ओर से सावधान भी कर सकते हैं। ब्रिटेन के भूतपूर्व प्रधान मन्त्री बिन्सटन चर्चिल की जान दो बार ऐसे सपनों के कारण ही बची थी।

१३ अप्रैल, १९४२ को ब्रिटेन की एक पहाड़ी के निकट ब्रिटेन की वायुसेना के सैनिक और अधिकारी युद्धाभ्यास में व्यस्त थे। अभ्यास में यह जानने का प्रयत्न किया जा रहा था कि कम ऊँचाई की हवाई बम-वर्षा से किस प्रकार रक्षा की जा सकती है। पर यह युद्धाभ्यास सौ के करीब सैनिकों और अधिकारियों के लिए घातक सिद्ध हुआ। ये सब अपने ही देशवासियों के हाथों मारे गये। ऐसा होना नहीं चाहिए था, पर एक मामूली गलती से यह दुःखद काण्ड घट गया।

चर्चिल भी बतौर एक महत्त्वपूर्ण दर्शक, इस युद्धाभ्यास में भाग लेने वाले थे। पर एक दिवास्वप्न में प्राप्त 'सूचना' के बाद उन्होंने युद्धाभ्यास में जाने का विचार त्याग दिया, और इस प्रकार उन की जान बच गयी। यदि वे यह युद्धाभ्यास देखने जाते तो उन की मृत्यु निश्चित थी। कारण उन के लिए जो स्थान नियत हुआ, उस स्थान पर खड़े ब्रिगेडियर टेलर को मृत्यु अविलम्ब हो गयी थी।

इस से पूर्व, १९४० के अक्टूबर महीने में भी एक दिवास्वप्न में प्राप्त सूचना ने ही उन की जान बचायी थी।

रात का समय था। चर्चिल ने रात का खाना शुरू किया ही था कि भोंपू जोर से बोलने लगे। यह इस बात का संकेत था कि जर्मनी के बमवर्षक हवाई जहाज लन्दन पर बमवर्षा करने आ रहे हैं। चर्चिल को लगा कि कोई भीषण दुर्घटना घटने वाली है। पर वे घबराये नहीं। उन्होंने बिना व्यग्र हुए, अपनी आँखें बन्द कर ली, और चुपचाप कुछ सोचने लगे। तभी स्वप्न की भाँति एक दृश्य उन की आँखों के सामने कौंध गया। इस दिवास्वप्न में उन्होंने देखा कि बम उस स्थान से जहाँ वे खाना खा रहे थे, कुछ दूरी पर गिर रहे हैं, और उन का स्थान बमों से पूर्णतया सुरक्षित है। उन्होंने अपने रसोइये और नौकरों को उन तहखानों में भेज दिया, जो खास तौर पर हवाई हमलों से सुरक्षा के लिए बनाये गये थे। इन लोगों के काफ़ी आग्रह के बावजूद वे स्वयं वहाँ नहीं गये।

कुछ मिनट बाद जर्मन हवाई जहाज बम-वर्षा करने लगे। बम, जैसा कि चर्चिल को सपने में दिखाई दिया था, उन के स्थान पर नहीं गिरे। वे उन्हीं स्थानों पर गिरे जो चर्चिल को इस सपने में बमों से प्रभावित दिखाई दिये थे।

सपनों की भविष्यवाणी : अन्धविश्वास नहीं, वैज्ञानिक सत्य

स्वप्नों की बुद्धिसंगत व्याख्या करने वाले प्रायः सभी मानसशास्त्रियों का कहना है कि यह धारणा कि कुछ स्वप्न भविष्य बतलाते हैं, निरा अन्धविश्वास नहीं,

अपितु एक वैज्ञानिक सत्य है। हाँ, फ़्रॉयड जिस रूप में स्वप्नों को भविष्यवक्ता मानते हैं, वह अत्याधुनिक मानसशास्त्रियों की धारणा से बहुत भिन्न है। लब्धप्रतिष्ठ मानस-शास्त्री कार्ल जुंग का कहना है : “विशुद्ध रूप से भविष्य की सूचना देने वाले सपने मानसशास्त्र के नहीं, अपितु अध्यात्म के विषय हैं।”^१ इसे अपना गहनतम अनुभव मानते हुए वे आगे कहते हैं : “मेरी अन्तरात्मा को नियति-निर्धारित कार्यों के पूर्ण करने का संकेत प्रायः सदा अर्द्धचेतनावस्था में ही मिला है। उन की पूर्णता में ही मैंने जीवन को सफल माना है। इस अदृश्य शक्ति को प्रमाणित करने की कोशिश मैंने कभी नहीं की, पर वह मेरे सम्पूर्ण जीवन को संचालित करती रही है। कोई भी युक्ति मेरी इस श्रद्धा को डिगा नहीं सकती “ ऐसे क्षणों में मुझे काल के व्यतीत होने का भान नहीं होता, मैं असीम और शाश्वत में खो जाता हूँ। मेरे सब कार्य इसी शक्ति से प्रेरित होते हैं, और मेरी इच्छा से कुछ नहीं होता, इसी अचल विश्वास ने मुझे अपने नियत मार्ग पर दृढ़तापूर्वक चलने का बल प्रदान किया है।”^२

जुंग के समान ‘एन एक्सपेरिमेंट विद् टाइम्स’ नाम की अपनी पुस्तक में लेखक उन ने भी सपनों के उपरोक्त स्वरूप के अनेक उदाहरण प्रस्तुत किये हैं, और विज्ञान द्वारा उन्हें सत्य प्रमाणित करने का प्रयत्न किया है।

युरॉप के विश्वविख्यात पादरी आर्कविशप लाड और जॉन बीजले को, स्वयं उन के कथनानुसार ‘ईश्वरीय आदेश’ सपनों में ही मिलते थे।

ब्रिटेन के प्रसिद्ध योद्धा किचनर की भी आस्था थी कि सपनों में भविष्यवाणी करने की क्षमता होती है। उन की जीवनी पढ़ने से ज्ञात होता है कि सपनों में उन्हें भावी घटनाओं का आभास तो मिलता ही था, भूत और वर्तमान की घटनाएँ भी साकार हो जाती थीं।

इतिहास-प्रसिद्ध जनरल गॉर्डन के प्राण एक अवसर पर एक सपने में ही बचाये थे। एक बार, जब वे चीन में थे, तब उन्हें सपने में दिखाई दिया कि एक नदी पार करते समय उन की नाव, जिस में उन के अलावा कुछ चीनी सैनिक भी थे, डूबने लगी है। तभी उन्होंने देखा कि उन के पास एक ऐसा सैनिक खड़ा है, जिसे उन्होंने कुछ समय पहले अनुशासन-भंग करने के अपराध में सजा दी थी। यह सपना उन्होंने लगातार दो बार देखा, और दोनों बार उन्हें वही सैनिक अपने पास खड़ा दिखाई दिया। इस घटना के कुछ समय बाद, जनरल को सचमुच अपने सैनिकों के साथ एक नाव में नदी पार करने की आवश्यकता पड़ी। उन्हें यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि नाव का आकार और रंग वैसा ही था, जैसा उन्हें सपने में दिखाई दिया था, और नदी भी वही थी, जो उन्होंने सपने में देखी थी। नाव में वह सैनिक भी सचमुच मौजूद था, जिसे उन्होंने सजा दी थी।

१. The Undiscovered Self—Doubleday.

२. Ibid.

उन्होंने तुरन्त नाव की जाँच का आदेश दिया। जाँच से पता चला कि उस की पेंदी में बारीक छेद थे, जिन के कारण नाव बीच में ही डूब सकती थी। जैसे ही यह बात जनरल को मालूम हुई, उन्होंने उस सैनिक की ओर देखा, जिसे उन्होंने कभी सजा दी थी। सैनिक ने अपना अपराध स्वीकार करते हुए उन के पाँव छू लिये। अपनी डायरी में जनरल गॉर्डन ने लिखा कि “अगर मैं सपने में मिली चेतावनी पर ध्यान न देता, तो मैं और मेरे सब सैनिक निश्चय ही नदी में डूब जाते, कारण नदी की तेज और खतरनाक जलधारा में हम लोग तैर कर किनारे तक नहीं आ सकते थे।”

जब सपने प्राणदायक बने

सम्भावित मृत्यु के पूर्वाभास का ऐसा ही एक विचित्र अनुभव दो वर्षों तक वर्मा तथा मलाया में ब्रिटिश वायुसेना का अध्यक्ष रहने वाले एयर-मार्शल विक्टर गोडार्ड को हुआ था। यह सच्ची घटना गॉर्डन वाली घटना से इस मायने में अलग है कि इस में सपना सम्बन्धित व्यक्ति ने नहीं, एक असम्बद्ध व्यक्ति ने देखा था।

एक पार्टी में गोडार्ड ने अपने पीछे खड़े हुए एक नौसेना-कमांडर को अपने एक साथी से यह कहते सुना कि “कल रात गोडार्ड एक विमान-दुर्घटना में काम आये।” गोडार्ड ने जब मुड़ कर उस की ओर देखा, तो वह कमांडर चकित रह गया। उस ने बताया कि उस ने कल रात सपने में एक विमान-दुर्घटना देखी थी, जिस में गोडार्ड का डकोटा विमान शाम के समय, चीन या जापान में कहीं, पथरीले समुद्र-तट पर गिरा था। विमान में गोडार्ड और चालक-दल के सदस्यों के अलावा दो असैनिक थे—एक पुरुष, और एक महिला। उस ने यह सपना विस्तार से गोडार्ड को सुनाया।

गोडार्ड ने डेविंग नाम के इस कमांडर का आभार व्यक्त करते हुए कहा : “मैं एडमिरल माउंटबैटन के निजी डकोटा में टोकियो होता हुआ इंग्लैंड जाने वाला हूँ। अब मैं अपने साथ सिर्फ चालक-दल के सदस्यों को ही ले जाऊँगा, किसी और को नहीं।”

कुछ ही मिनट बाद, एक पत्रकार ने आकर गोडार्ड से प्रार्थना की कि क्या वह उसे अपने डकोटा में टोकियो तक ले जायेंगे। सपने की याद करते हुए उन्होंने उसे मना कर दिया। पर, उसी शाम उन्हें स्थानीय ब्रिटिश वाणिज्य महादूत का आवश्यक सन्देश मिला कि वे गोडार्ड के जहाज में टोकियो तक जायेंगे? इस प्रार्थना को अस्वीकार करना उन के लिए सम्भव न था। फिर भी उन्हें सन्तोष था कि कोई असैनिक महिला उन के साथ नहीं होगी।

लेकिन, कुछ समय बाद वाणिज्य महादूत ने गोडार्ड से कहा कि उन के साथ उन की स्टेनोग्राफर भी जायेगी। गोडार्ड ने बहुत आग्रह किया कि कोई पुरुष-स्टेनो

साथ जाये, पर वह न मिला। अन्ततः डकोटा में, गोडार्ड की योजना के विपरीत, उन के अलावा दो असैनिक और चले—एक पुरुष और एक महिला, जैसा डेविग को सपने में दिखा था।

घने काले बादलो और अविश्वसनीय मौसम के बीच डकोटा उड़ने लगा। कुहासा क्रमशः घना होता गया। डेविग के सपने के अनुसार दुर्घटना शाम को बर्फ़ीली आँधी के बीच 'हुई' थी। १७००० फ़ुट की ऊँचाई पर, बादलो के बीच आकर, डकोटा के कप्तान ने कहा कि आक्सीजन की कमी अनुभव हो रही है। उस ने नीचे उतरने का निश्चय किया। तेजी से बर्फ़ गिर रही थी, और नीचे सागर की विकराल लहरें उफ़न रही थी। समय था—साढ़े तीन। सपने की सारी परिस्थितियाँ मौजूद थी। गोडार्ड घबरा रहे थे, कारण अगले क्षणों में जो कुछ होने वाला था, और जिस पथ-रीले समुद्र तट पर जहाज उतरने जा रहा था, उस का आभास उन्हें डेविग के सपने से पहले ही मिल चुका था। उन्होंने आँखें बन्द कर ली।

उतरते समय जहाज और उस के यात्रियों के बचने की कोई आशा न थी, पर भाग्य उन के साथ था। वे मौत को चकमा देकर बाल-बाल बच गये। पर, डेविग को जो दुर्घटना सपने में दिखाई दी थी, वह उसी प्रकार घटी। अन्तर यही रहा कि कोई मरा नहीं।

बाद में डेविग ने पत्र लिख कर गोडार्ड को सूचित किया कि सपने की दुर्घटना निश्चय रूप से गम्भीर थी, पर हो सकता है कि उसने गोडार्ड को मृत न देखा हो।

'धर्मयुग' में प्रकाशित एक समाचार के अनुसार ताशकन्द की एक सोवियत छात्रा ने ९ जनवरी, १९६६ को एक सपना देखा कि वह एक कब्रिस्तान में खड़ी है, और उसे एक उड़ती हुई छोटी-सी मृत देह दिखाई पड़ रही है, जिस का चेहरा लाल-बहादुर शास्त्रीजी से मिलता है। वह घबरा गयी। पर, उसी दिन एक सभा में शास्त्रीजी का भाषण सुन कर उसे कुछ सन्तोष हुआ।

पर, उसी रात ताशकन्द में रहने वाले एक भारतीय सज्जन को भी, जिन से छात्रा ने स्वप्न का जिक्र किया था, सपना दिखाई दिया कि शास्त्रीजी का देहावसान हो गया है। उन्होंने स्वप्न को हँसकर उड़ा दिया। पर, ११ जनवरी की सुबह को उन्हें अपने सपने का असली अर्थ मालूम पड़ा।

आस्ट्रिया के साथ हो रहे युद्ध में, युद्ध भूमि में जाते समय नेपोलियन प्रथम अपनी गाड़ी में सो गये। उन्हें सपना दिखाई दिया कि उन के चारों ओर बमबारी हो रही है, और भूमि पर सुरंग बिछी है। वे यह चिल्लाते हुए जाग पड़े—“हम विस्फोट-क्षेत्र में हैं!” और, सचमुच ही, जागने पर उन्होंने अपने को सुरंगीक्षेत्र में पाया। यदि उन्हें यह सपना न दिखाई देता, तो उन का अन्त निश्चित था।

सपने किस प्रकार प्राण बचा कर नवजीवन प्रदान कर सकते हैं, इस की एक और घटना सुनिए, जिस ने करीब पचास साल पहले दुनिया को घोर आश्चर्य में डाल

दिया था ।

अक्टूबर, १९१८ में पोलैंड के जर्नैक नगर की एक युवती मेरना को एक भयानक स्वप्न दिखाई दिया कि उस का प्रेमी स्टैनिस्लास एक अज्ञात युद्ध-ध्वस्त किले की अँधेरी सुरंग में रास्ता टटोल रहा है । उस के भरपूर प्रयत्न करने पर भी चट्टान और लकड़ी के तख्ते नहीं हटते, और वह बार-बार निराश होकर रोने लगता है । यह सपना उसे लगातार कई बार दिखाई दिया । स्टैनिस्लास प्रथम विश्व-युद्ध के लाखों सैनिकों की भाँति लापता था, और किसी को उस के बारे में कोई सूचना न थी ।

१९१९ के श्रौष्मकाल में मेरना ने इस सपने को नये रूप में देखा । उस ने देखा कि उस का प्रेमी, एक किले के चकनाचूर स्तम्भ के मलबे के अन्दर से उसे पुकार रहा है । वह मलबा, स्वप्न में, उस के बार-बार प्रयत्न करने पर भी नहीं हटा । यह सपना अगले दिन उस ने जिसे भी सुनाया, उसी ने उस की हँसी उड़ायी । लेकिन, मेरना को यह सपना हर रात आता रहा । अन्त में, वह अकेली ही अपने प्रेमी की खोज में निकल पड़ी, सिर्फ भगवान् के सहारे ।

असम्भव कार्य था यह, कारण युरॉप में अनगिनत किले हैं । कार्य को असम्भव मान कर कोई उस की सहायता करने को भी तैयार न था । और तैयार भी हो जाता तो क्या कर सकता था ? फिर भी मेरना ने हिम्मत न हारी, और सपने में मिले सूत्र के सहारे आगे बढ़ती रही । बहुत से किले देखने को मिले, पर जो किला उस ने सपने में देखा था, उस का पता कहीं न था ।

लेकिन २५ अप्रैल १९२० को एक चमत्कार हुआ । जैसे ही उस ने पौलैंड के ज्लोटा नामक गाँव के पहाड़ की चोटी पर स्थित किले को देखा, वह हर्ष के मारे चिल्ला उठी । सामने वैसा ही किला दिखाई दे रहा था, जैसा उस ने सपने में देखा था । उस के चारों ओर भीड़ जमा हो गयी । सब ने उस की बात सुनी, पर उस पर विश्वास किसी को न हुआ । लेकिन मेरना इस से हतोत्साहित न हुई । उस ने घोषणा की कि वह स्वयं मलबा उठायेगी ।

अन्त में, कुछ लोग, उस की लगन देख कर, मलबा हटाने को तैयार हो गये । यह आसान काम न था, कारण भारी-भारी पत्थरों को भी हटाना था । दो दिन की मेहनत के बाद उन्हें एक छोटा-सा दरवाजा दिखाई दिया । जैसे ही वे इस दरवाजे के पास पहुँचे, उन्हें उस के अन्दर से आती हुई एक कर्ण आवाज सुनाई दी ।

यह कर्ण स्वर स्टैनिस्लास का ही लगता था । अब मेरना से न रहा गया । वह आगे बढ़ कर खुद अपने हाथों से चट्टान तोड़ने की कोशिश करने लगी । पर उपस्थित लोगो ने उसे ऐसा करने से रोका, और चट्टान तोड़ने में जुट गये । कुछ देर की मेहनत बाद, वे चिथड़ों में लिपटे हुए स्टैनिस्लास को बाहर निकालने में सफल हो गये । वह दो साल तक, जब तक वह सपने में मेरना को दिखाई देता रहा था, अँधेरे में रहने

स्वप्नलोक

के कारण, अब प्रकाश में आकर बड़ी परेशानी महसूस कर रहा था ।

कुछ होश आने पर उस ने लोगों को बताया कि जब लड़ाई हो रही थी, तब वह किले के अन्दर था । तोप ने दरवाजे को तोड़ कर रख दिया था और मलबे के दरवाजे के बाहर जमा हो जाने के कारण वह बाहर न आ सकता था । थोड़ी पनीर और शराब उस के पास थी । इन दोनों वस्तुओं के सहारे ही वह जीवित रहा । बाहर निकलने के लिए वह दिन-रात प्रार्थना करता रहता था ।

पोलैंड के सेनाधिकारियों ने इस मामले की पूरी जाँच की, और इस अद्भुत सपने की सब बातों को सौ फ्रीसदी सच पाया । स्टैनिसलास ने सेना से मुक्त हो कर अपनी प्रेमिका से विवाह कर लिया ।

विश्वसनीय सपना, जो सौ फ्रीसदी सच निकला

आज से करीब अस्सी साल पहले एक और स्वप्न ने देह धर कर सारे विश्व को आश्चर्य में डाल दिया था । इस विचित्र स्वप्न ने दुनिया को एक भीषण प्राकृतिक दुर्घटना का समाचार दिया था ।

यह घटना १८८३ में अमरीका के बोस्टन नगर में घटी थी । इस नगर के दैनिक 'बोस्टन ग्लोब' का एक संवाददाता सैमसन रात के तीन बजे, अपना काम पूरा कर के सो रहा था । कुछ देर बाद, एक भयंकर स्वप्न ने उसे जगा दिया ।

इस भयंकर स्वप्न में उस ने देखा कि एक द्वीप के ज्वालामुखी के मुँह से लावा निकल-निकल कर आसपास के गाँवों को नष्ट कर रहा है । इतना ही नहीं, द्वीप के चारों ओर मोलों तक उबलता हुआ सागर भी द्वीप को निगलता जा रहा है । इस विकराल स्वप्न के आतक से मुक्त हो कर सैमसन ने, इस स्वप्न को, एक कहानी मान-कर लिखना शुरू कर दिया । असल में, यह लेख लिखते समय उस का विश्वास था कि पाठक इस स्वप्न-वृत्तान्त को कहानी के रूप में काफ़ी दिलचस्पी से पढ़ेंगे । उस अनोखे और डरावने सपने के सब दृश्य, लेख लिखते समय, उसे भलीभाँति याद थे । इतना ही नहीं सपने में उस ने उस द्वीप का नाम भी देख लिया था । वह द्वीप जावा के पास प्रालेप नाम का द्वीप था ।

अपने स्वप्न-वृत्तान्त में उस ने सपने की विकरालता को हूबहू दिखाने का प्रयत्न किया । उस ने लिखा कि किस प्रकार ज्वालामुखी के विस्फोटों ने प्रलय का-सा दृश्य उपस्थित कर दिया था, और नन्हा-सा द्वीप लगातार उन विस्फोटों के कारण काँप रहा था । जहाँ देखो, वहाँ आग की बड़ी-बड़ी लपटें उठ रही थी । सागर की पागल और उबलती हुई लहरें द्वीप के आसपास आ-जा रहे जहाजों को आत्मसात् करती जा रही थी । ये लहरें क्रमशः द्वीप को भी अपने गर्भ में समाती जा रही थी । अन्त में, ज्वालामुखी के अतिप्रचण्ड विस्फोट के साथ सारा का सारा द्वीप सागर में समा गया, और जहाँ कभी प्रालेप द्वीप था, वहाँ एक टूटा पहाड़ शेष रह गया — उस द्वीप की याद

सुरक्षित रखने के लिए ।

पूरा वृत्तान्त लिख लेने पर उसे वह इतना अच्छा लगा कि सम्पादक का ध्यान आकर्षित करने के लिए उस ने आदत के मुताबिक हाशिये पर 'जखूरी' लिख दिया । लेख लिख कर वह काफ़ी थक गया था, और लेख को मेज पर ही छोड़ कर सोने के लिए घर चला गया ।

जब सुबह को सम्पादक आया, तो उस ने सैमसन का 'जखूरी' लेख पढ़ कर समझा कि शायद यह कोई समाचार है, जिसे सैमसन ने अपने ढंग से लेख के रूप में लिखा है । उस ने एक सनसनीखेज शीर्षक देकर, उसे मुखपृष्ठ पर सब से अधिक प्रमुखता के साथ छपने के लिए भेज दिया ।

इस समाचार के छपते ही, एक समाचार-एजेन्सी ने भी इस की नकल अन्य समाचार-पत्रों में छपने के लिए भेज दी । कुछ समाचारपत्रों ने उसे छाप कर विस्तृत ब्यौरे की माँग की । जावा को तार भेजा गया तो कोई जवाब नहीं आया । अब प्रतीक्षा थी सैमसन की, क्योंकि अकेला वही जानता था कि उसे यह समाचार कैसे मिला ?

सैमसन के डचूटी पर आते ही पत्र के सम्पादक और मालिक ने उस से इस समाचार के बारे में प्रश्न पूछने आरम्भ कर दिये । जब उन्हें यह ज्ञात हुआ कि वह समाचार वास्तव में एक स्वप्न-वृत्तान्त था, और जावा के आसपास प्रालेप नाम के किसी द्वीप का नामोनिशान भी नहीं है, तो उन्होंने गुस्से में आ कर सैमसन को तुरन्त नौकरी से अलग कर दिया ।

अब सम्पादक और मालिक के सामने इस ग़लत समाचार को प्रकाशित करने के लिए क्षमा-याचना करने के अतिरिक्त कोई और उपाय न था, कारण उन्हीं के पत्र में प्रकाशित इस समाचार की नक़ल एक समाचार-एजेन्सी ने दुनिया भर के बड़े-बड़े अखबारों को भेजी थी, और वे सब अखबार प्रालेप द्वीप के नष्ट हो जाने की इस दारुण दुर्घटना का समाचार अपने-अपने मुखपृष्ठों पर प्रकाशित कर चुके थे ।

पर, जैसे ही 'वोस्टन ग्लोब' ने भूल-सुधार के साथ क्षमा-याचना की, आस्ट्रेलिया, इंडोनेशिया, द० अमरीका आदि से समाचार मिलने लगे कि हिन्द और प्रशान्त महासागरों में किसी विकट दुर्घटना के कारण आतंककारी ज्वार उठ रहे हैं, कई जहाज लापता हैं और हजारों लोग मर गये हैं । विश्व भर की वेधशालाओं के विशेषज्ञों ने कहा कि सातिशय कम्पन की तीव्र तरंगों ने कुछ समय पहले पृथ्वी की तीन बार परिक्रमा की थी । उन्होंने यह भी कहा कि इतने जबरदस्त कम्पन का अनुभव पहले कभी नहीं किया गया था । आस्ट्रेलिया, मैक्सिको के तटवासियों ने कहा कि उन्होंने हजारों तोपों की गड़गड़ाहट जैसी आवाज सुनी, जो अवश्य किसी भीषण विस्फोट के कारण हुई होगी ।

और कुछ दिन बाद, दुनिया भर के समाचारपत्रों ने यह स्तब्धकारी समाचार

प्रकाशित किया कि २८ अगस्त को, ठीक उसी समय जब सैमसन ने वह सपना देखा था, क्राका-तो-आ ज्वालामुखी के विस्फोट के कारण, इसी नाम का द्वीप, जो सुण्डा जलडमरू मध्य में स्थित था, सागर में डूब गया। इतनी भयावह दुर्घटना विश्व-इतिहास में पहले कभी नहीं हुई थी। पर, मजा यह कि सब से पहले उस की सूचना एक स्वप्न ने दी थी। जिस समय यह दुर्घटना घट रही थी, हज़ारों मील दूर बैठा सैमसन उन्हें सपने में देख रहा था।

यह समाचार मिलते ही, 'बोस्टन-ग्लोब' ने भूल-सुधार का भूल-सुधार प्रकाशित करते हुए अपने संवाददाता सैमसन का चित्र भी मुखपृष्ठ पर छापा। पर पाठकों को नहीं बताया गया कि सैमसन, जिसे नौकरी पर वापस ले लिया गया था, को यह 'स्कूप' (विशेष) समाचार कैसे मिला ?

कुछ साल बाद, इस दुर्घटना का एक और आश्चर्यजनक पहलू दुनिया के सामने आया। सैमसन ने द्वीप का नाम प्रालेप लिखा था, जब कि उस का नाम क्राका-ता-ओ था। पर, हालैंड की इतिहास संस्था ने यह रहस्योद्घाटन किया कि क्राका-ता-ओ द्वीप का डेढ़ सौ साल पुराना नाम 'प्रालेप' ही था। इस प्रकार यह सिद्ध हो गया कि सपने जब कोई समाचार 'प्रेषित' करते हैं, तब तथ्य की कोई गलती नहीं करते।

हैवलॉक एलिस ने एक बार कहा था : "सपने अपनी ही भाषा में बोलते हैं, और हमेशा सच ही बोलते हैं। यह बात दूसरी है कि हम उस भाषा को ठीक समझ न पायें, या समझ कर भूल जायें।"^१

जब नियति सपने में साकार होती है

एक प्रमुख मनोवैज्ञानिक डॉ० राइन ने ४००० भविष्यसूचक सपनों का विधिवत् अध्ययन करने के पश्चात् यह मत निर्धारित किया है कि काफी व्यक्तियों को भविष्य-सूचक सपने दिखाई देते हैं। पर वे या तो इन सपनों को भूल जाते हैं, या उन्हें संयोग मान कर टाल देते हैं। डॉ० राइन के अनुसार ऐसे सपने गम्भीर संकट के समय सम्बन्धित व्यक्तियों को दिखाई पड़ते हैं।

अपनी रिपोर्ट में उन्होंने जिन दर्जनो सपनों का उल्लेख किया है उन में सब से ज्यादा दिलचस्प और प्रामाणिक सपना शायद वह है जो अमरीका के एक पत्रकार को दिखाई दिया था। इस सपने में पत्रकार ने देखा कि हवाई जहाज की एक दुर्घटना में तीन युवक बुरी तरह घायल हुए हैं। इन में से एक युवक दुबला-पतला था, और उस ने एक अफसर की यूनीफॉर्म धारण कर रखी थी। सपने में ही उस ने अपने पास बैठी एक महिला से कहा, "बिली बुरी तरह घायल हो गया है। डॉक्टर को फौरन बुलाना जरूरी है।" इसी समय टेलीफोन की घंटी की आवाज ने पत्रकार को जगा दिया।

१. The World of Dreams—Philosophical Library.

फोन पर पत्रकार से उस के रिश्तेदार ने कहा कि “उस की बहन का लड़का बिली गायब है। वह लड़ाई में गया था, और पिछले कई हफ्तों से उस की कोई खबर नहीं मिली थी। पत्रकार ने बिली को तब देखा था जब वह बहुत छोटा था। उन्होंने रिश्तेदार से पूछा, “क्या बिली दुबला-पतला है और अफसर भी है?” रिश्तेदार ने उत्तर दिया, “हाँ।”

इस घटना के चार-पाँच दिन बाद, रिश्तेदार महोदय को सेना के एक अस्पताल से पत्र मिला कि बिली हवाई जहाज की एक दुर्घटना में बुरी तरह घायल हो गया है, और उस के साथ यात्रा करने वाले उस के दो साथी इस दुर्घटना में काम आये। सपना सच निकला।

सच निकलने वाले सपनों में एक अन्य रोचक सपने का उल्लेख भी आवश्यक है।

१९१९ में उक्रैस्की नामक एक विख्यात रूसी नर्तक अपने मित्र पावले के साथ अमरीका के एक प्रसिद्ध आपेरा में काम कर रहा था। आपेरा का संचालक था कांपानिनी, जो इटली का एक नामी संगीत-निर्देशक था। जिन दिनों उक्रैस्की इस आपेरा से सम्बद्ध था, उन दिनों कांपानिनी की पत्नी के मन में आस्करवाइल्ड कृत ‘इन्फान्टा’ पर आधारित एक संगीत-नाटिका को प्रस्तुत करने का विचार आया।

पर, उक्रैस्की चाहता था कि इस संगीत-नाटिका से पहले एक अन्य संगीत-नाटिका ‘बूद्वार’ प्रस्तुत की जाये। ‘इन्फान्टा’ के प्रस्तुतीकरण में उस की विशेष रुचि नहीं थी क्योंकि उस के विचार से ‘इन्फान्टा’ को कथावस्तु आपेरा के उपयुक्त न थी।

कांपानिनी यूँ उक्रैस्की का आदर करता था, पर अपनी पत्नी की इच्छा का अनादर भी नहीं करना चाहता था। अन्त में, काफी सोच-विचार के बाद उस ने एक रास्ता खोज निकाला। उस ने निश्चय किया कि पहले ‘बूद्वार’ प्रस्तुत किया जाये, और बाद में ‘इन्फान्टा’। इस से उक्रैस्की भी प्रसन्न रहेगा, और उस की पत्नी भी अप्रसन्न नहीं होगी।

इस निश्चय के अनुसार, आपेरा ने पहले ‘बूद्वार’ को प्रस्तुत किया। यह नाटिका अत्यन्त सफल और लोकप्रिय रही। ‘बूद्वार’ के प्रदर्शन के बाद, आपेरा ‘इन्फान्टा’ के प्रदर्शन की तैयारी करने लगा। कांपानिनी ने इस नाटिका के संगीत निर्देशन की जिम्मेवारी वाम नाम के प्रसिद्ध संगीत-निर्देशक को सौंपी।

जिन दिनों ये तैयारियाँ चल रही थी, उन्हीं दिनों उक्रैस्की ने एक विचित्र सपना देखा। सपने में उसे दिखाई दिया कि ‘इन्फान्टा’ का उद्घाटन-समारोह होने को है, और दर्शक बड़ी व्यग्रता से उस के प्रदर्शन की प्रतीक्षा कर रहे हैं। तभी, सहसा, स्टेज पर मोम की बनी एक मूर्ति कहीं से आ कर गिरी। उस का एक भाग स्टेज पर रह गया, और दूसरा भाग उस स्थान पर आ कर गिरा जहाँ संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रों के साथ बैठे थे। उक्रैस्की की कुछ समझ में न आया कि मोम की वह मूर्ति

जो बड़े दिन के अवसर पर 'क्रिसमस ट्री' की चोटी पर लगायी जाती है, कहीं से और कैसे स्टेज पर आ गिरी। ऐसी मोम की मूर्ति का प्रयोग अधिकतर रूस में होता है।

अचानक उर्केंस्की ने सपने में एक अन्य आश्चर्यजनक और दिल दहला देने वाला दृश्य देखा। उस ने देखा कि संगीत-निर्देशक बाम भागा हुआ स्टेज के पीछे गया, और जहाँ पहले संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रों के साथ बैठे थे, वहाँ अब कोई नहीं था। वहाँ अब सफ़ेद फूल नज़र आते थे, मानो किसी के शव पर फैलाये गये हों।

उर्केंस्की ने 'इन्फ़ान्टा' का प्रदर्शन १९ दिसम्बर के लिए स्थगित करा दिया। लेकिन, सपने ने जिन तीन अशुभ घटनाओं का संकेत दिया था, वह तब भी नहीं टल पायी। उद्घाटन-दिवस से कुछ घंटे पहले कांपानिनी का सहसा देहान्त हो गया। उस के मित्र उस के शव पर चढ़ाने के लिए जो सफ़ेद फूल लाये थे, उन्हें शव पर चढ़ा दिया गया। पुष्पाच्छादित शव उसी स्थान पर रखा गया जहाँ संगीतकार वाद्ययन्त्रों के साथ बैठते थे। इस बात के अलावा सपने की अन्य दो बातें भी सच हुईं। मौत उद्घाटन-समारोह के पूर्व हुई, और कार्यक्रम कांपानिनी की मृत्यु के कारण सचमुच स्थगित हो गया, जैसा कि सपने में बाम के स्टेज के पीछे भागने के संकेत द्वारा उर्केंस्की को दिखाई दिया था। हमारे विचार सपनों में प्रतीकों के माध्यम से भी साकार हो सकते हैं, यह इस उदाहरण से स्पष्ट हो सकेगा।

रूस के एक नगर में एक प्रोफ़ेसर पहली बार आया। पहली ही रात को उस ने एक विचित्र सपना देखा। उस ने देखा कि उस का एक सहयोगी प्रोफ़ेसर, जो विज्ञान-अकादमी का सदस्य भी था, हाथ में एक लम्बा गुलमा लिये, सिपाही की पोशाक में, सड़क के बीचोबीच खड़ा, ट्राफिक का संचालन कर रहा है। इस बेहूदा सपने को प्रोफ़ेसर ने भूलना ही उचित समझा, पर वह आसानी से उस की स्मृति से नहीं उतरा।

कुछ दिन बाद, नगर से बिदा लेते समय, इस 'बेहूदा' सपने की उत्पत्ति का मूल प्रोफ़ेसर की समझ में अनायास आ गया। उसे याद आया कि स्टेशन के रास्ते पर उस ने एक घर के बाहर एक डॉक्टर के नाम का बोर्ड देखा था। डॉक्टर का नाम वही था, जो प्रोफ़ेसर के सहयोगी का था। इन दोनों नामों की साम्यता से उसे जो आश्चर्य हुआ था, वही इस सपने में उस सिपाही की शक्ल के रूप में अभिव्यक्त हुआ, जो उसे रोज अपने होटल के कमरे से दिखाई देता था। इतना ही नहीं, वहाँ से उसे गुलमों की एक दुकान भी रोज दिखाई देती थी। इसी दुकान का एक गुलमा, सपने के कमाल से, सपने के ही सिपाही के हाथ में आ गया।

बेल्जियम की एक आकर्षक युवती ऐनेमेरी की दो आंकाक्षाएँ थी—एक खास युवक से विवाह करना और ऑर्गन बजाने में कुशलता प्राप्त करना। जब उस युवक ने ऐनेमेरी से विवाह करने की स्वीकृति दे दी, तो उस ने ऑर्गन बजाने का अभ्यास करना बन्द कर दिया।

दिवास्वप्न-हमारे सर्वोत्तम सलाहकार और सहायक

जिस दिन दोनों का विवाह होने वाला था, उस दिन सुबह को, उस गिरजे का पादरी, जहाँ दोनों का विवाह होने वाला था, ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' का मधुर स्वर सुन कर उस स्थान की ओर गया, जहाँ से यह स्वर आ रहा था। वहाँ पहुँच कर उस ने एक अजीब दृश्य देखा। वधू की पोशाक पहने एनेमेरी ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' की मधुर धुन निकाल रही थी। उस के हाथ ऑर्गन पर जरूर चल रहे थे, पर अँखें बिलकुल बन्द थीं, और लगता था कि वह स्वप्नावस्था में है। ऑर्गन पर 'विवाह-संगीत' की इतनी मधुर धुन पादरी ने पहले कभी नहीं सुनी थी। लगता था, कोई विशेषज्ञ और अनुभवी संगीतज्ञ इस धुन को बजा रहा है। एनेमेरी तो ऑर्गन बजाने में नौसिखिया थी।

पादरी ने एक व्यक्ति की सहायता से अचेत एनेमेरी को उस के घर पहुँचाया। जागने पर जब उस से ऑर्गन और 'विवाह-संगीत' की धुन के बारे में पूछा गया, तो उस ने इस सम्बन्ध में अपनी अनभिज्ञता जाहिर की। उसे बिलकुल याद न था कि वह कब गिरजा गयी और कब उस ने ऑर्गन बजाया।

बाद में ज्ञात हुआ कि इस घटना से एक घंटा पहले, एनेमेरी के प्रेमी ने विवाह करने से इनकार कर दिया था। हताश एनेमेरी ने अपनी निराशा को स्वप्नावस्था में वधू की पोशाक पहन कर तथा गिरजे के ऑर्गन पर स्वयं 'विवाह-संगीत' की धुन निकाल कर दूर करने का प्रयत्न किया था। इस अद्भुत प्रयत्न के दौरान ही, वह ऑर्गन पर जैसी मधुर धुन निकाल सकी थी, वैसी धुन निकालना जाग्रतावस्था में उस के लिए सम्भव न होता। सन्तोष की जो अनुभूति एनेमेरी को जागते समय नहीं मिली, वह एक दिवास्वप्न में आसानी से मिल गयी।

सचमुच, अपने दिवास्वप्नों में हम कभी-कभी ऐसी कठिन समस्याओं का हल पा लेते हैं, जिन का निवारण हम जाग्रतावस्था में नहीं कर पाते। ऐसे कुछ और उदाहरण प्रस्तुत हैं।

जर्मनी का एक तरुण संगीतज्ञ एक महान् संगीतज्ञ बनना चाहता था। सतत अभ्यास के बावजूद, उस ने वह आत्मविश्वास जाग्रत् नहीं हो पाता था, जो एक महान् संगीतज्ञ में होना आवश्यक है। एक दिवास्वप्न ने उसे इस आत्मविश्वास की प्राप्ति करा दी। इस दिवास्वप्न में उस ने देखा कि वह महान् संगीतज्ञ बीथोवन से खुल कर संगीत-विषयक प्रश्नों पर बात कर रहा है।

अमरीका की एक गृहिणी, जिस का विवाह हुए कुछ ही दिन हुए थे, अपने पड़ोसियों से मिलने में बड़ा संकोच करती थी। संकोच के मूल में उस की हीन भावना और यह डर था कि पड़ोसी उस का तिरस्कार करेंगे। एक दिन, उस ने अपने एक दिवास्वप्न में देखा कि वह एक टेलीविजन-स्टेशन में है, और वहाँ उस से अपने

पड़ोसियों के बारे में अपना निःसंकोच मत देने को कहा जा रहा है। उस ने अपने सभी अपरिचित पड़ोसियों के बारे में निर्भीक पर सन्तुलित मत दिये। इस दिवास्वप्न के बाद उसे अपने पड़ोसियों से मिलने-जुलने और बातें करने में कोई संकोच नहीं हुआ।

अमरीका का ही एक सफल व्यापारी सभा-सम्मेलनों में भाषण करने में बड़ा घबराता था। जब-जब उसे ऐसा भाषण करने के मौके मिलते, वह बुरी तरह हकलाने लगता था, और अपने विषय को भी भूल जाता था। एक दिवास्वप्न ने उस की यह परेशानी बड़ी आसानी से हमेशा के लिए दूर कर दी। इस दिवास्वप्न में उस ने देखा कि वह एक सफल वक्ता के रूप में व्यापारियों के एक प्रमुख सम्मेलन में भाषण दे रहा है। उस के भाषण के पश्चात् सपने में श्रोताओं ने जोर-जोर से तालियाँ बजा कर उसे बधाई दी। इस दिवास्वप्न के पश्चात् उसे सभा-सम्मेलनों में भाषण देने में कोई कठिनाई नहीं हुई।

ब्रिटेन की एक गृहिणी का समाचार कुछ दिन पहले समाचारपत्रों में प्रकाशित हुआ था। इस महिला को विवाह से पहले, टारजन की रोमांचपूर्ण कहानियाँ पढ़ने का बड़ा शौक था। धीरे-धीरे उस ने स्वयं को टारजन की प्रेमिका जेन के चरित्र के साथ इतना अधिक आत्मसात् कर लिया कि वह रात के समय, चुपचाप घर से बाहर आ जाती, और बगीचे के पेड़ों पर ऐसे उछलती-कूदती, जैसे टारजन और जेन अपनी कहानियों में उछलते-कूदते हैं। जाग्रतावस्था में वह पेड़ पर उछलना-कूदना तो दूर, चढ़ भी नहीं पाती थी। पर, सपने में उसे, बिना किसी पूर्वाभ्यास के, पेड़ों पर उतरने-कूदने में कोई दिक्कत नहीं होती थी। दुर्घटना के भय से उस का पति उस की टाँगें अपनी टाँगों में बाँध कर सोता था।

अप्रत्याशित भावी घटनाओं का पूर्वदर्शन—सपनों द्वारा

फ्रांस की जनक्रान्ति से पूर्व, वहाँ के डॉ॰ एल्फ्रेड माउरे (१९१७-७२) को एक अद्भुत स्वप्न दिखाई दिया, जो बाद में भयंकर रूप से सच तो निकला ही, उसे ले कर करीब १७-१८ साल बाद एक फ्रांसीसी पत्र में एक परिचर्चा भी हुई, जिस में भाग लेने वाले सभी विशेषज्ञों ने यह आश्चर्य व्यक्त किया था कि स्वप्न के कुछ क्षणों में एक व्यक्ति को आने वाली घटनाएँ इतने अचूक और विशद रूप से कैसे दिखाई दे गयीं ?

यह व्यक्ति बीमारी के कारण अपने कमरे में लेटा हुआ था। पास में उस की माँ भी बैठी थी। धीरे-धीरे वह सो गया। सपने में उस ने देखा कि उस के चारों ओर क्रतलेआम हो रहा है। अन्त में उसे भी कुछ लोग पकड़ कर जनक्रान्ति-परिषद् के सामने ले गये। वहाँ उस ने अनेक ऐसे परिचित व्यक्तियों को देखा जिन्होंने आगे चल कर सच-मुच इस जनक्रान्ति में भाग लिया। इस परिषद् के सदस्यों ने बहुत से 'अपराधियों' के बयान ले कर उन्हें प्राणदण्ड सुनाया। वह भी इन 'अपराधियों' में से एक था।

आगे चल कर, उसे वह स्थल दिखाई दिया, जहाँ 'अपराधियों' के सर शिरच्छेद-यन्त्र से काटे जाने वाले थे। वहाँ काफी भीड़ जमा थी। जब उस का नम्बर आया तो उसे उस तख्ते पर ले जाया गया, जहाँ उस का सर काटा जाने वाला था। उसे बाँध कर उस का सर नीचा किया गया, और जल्लाद ने शिरच्छेद-यन्त्र से उस का सर खटाक से अलग कर दिया। उस ने खुद अपने सर को अपने शरीर से पृथक् होते देखा। ठीक, इसी समय उस की आँखें खुल गयीं।

आँखें खुलते ही उस ने पाया कि वह पलंग से नीचे पड़ा है, और पलंग का ऊपरी भाग उस की गर्दन पर ठीक उसी प्रकार आ गिरा है जिस प्रकार शिरच्छेद-यन्त्र का ब्लेड उस की गर्दन पर पड़ता। बाद में, सपने की यही घटना सचमुच घटी।

ऐसे स्वप्न, जो आने वाली घटनाओं का पूर्व-दर्शन करा सकें, यदा-कदा ही दिखाई पड़ते हैं। अधिकांश स्वप्न तो भूली हुई घटनाओं को ही पुनः साकार करते हैं, जैसे उन्होंने काल रूपी दर्पण पर पड़ी विस्मृति की धूल को हटा दिया हो। ऐसे ही एक स्वप्न ने कुछ साल पहले, इटली के सदियों से जमीन में गड़े एक नगर का उद्धार करने में सहायता पहुँचायी थी।

गोला नाम के इस नगर का आदि-निर्माण ईसा के जन्म से लगभग तीन सौ साल पहले हुआ था। बाद में रेत की कई परतों ने इस नगर को ढाँप कर जमींदोज कर दिया। १२३३ में फ्रैंडरिक द्वितीय ने इस का उद्धार कर, इस का नाम तैरानोबा रखा। लेकिन रेत ने फिर इसे नष्ट कर दिया। उस के अधिकांश भाग फिर जमीन में समा गये। १९४३ में मित्र-देशों की गोलाबारी के फलस्वरूप इस की कुछ दीवारें ध्वस्त हुईं।

१९४८ में इंटरलिसी नामक व्यक्ति को एक सपना दिखाई दिया कि उस की अंगूरवाटिका के नीचे एक खजाना-छिपा पड़ा है। उस की अंगूरवाटिका वहीं थी, जहाँ गोला के ध्वंसावशेष मौजूद थे। उस ने जाग कर अपने बच्चों को इस सपने के बारे में बताया। सब ने उसे पागल समझा। पर, उसे पूरा विश्वास था कि कोई खजाना अवश्य अंगूरवाटिका के नीचे है। उस ने वहाँ खुदाई आरम्भ कर दी।

उसे खुदाई करते देख कर उस के बेटे भी उस के साथ खुदाई करने लगे। कुछ समय बाद उस के सब से बड़े बेटे का फावड़ा किसी कठोर वस्तु से टकराया। कई घंटे की खुदाई के बाद मालूम पड़ा कि यह कठोर वस्तु पत्थर थी। बाद में, खुदाई करते समय पता लगा कि यह पत्थर किसी अत्यन्त प्राचीन मन्दिर के थे। उस के बेटों की बड़ी निराशा हुई कि खजाना नहीं मिला, इस लिए वे अपने-अपने कामों में लग गये।

पर, इंटरलिसी की खुशी का ठिकाना न था। वह दीडा-दीडा मेयर के पास गया, और कहने लगा कि उस ने अपनी वाटिका में एक प्राचीन मन्दिर खोज निकाला है। जब मेयर को उस की बात पर विश्वास न हुआ तो वह पुलिस-अधिकारियों के

पास इस आविष्कार का समाचार ले कर गया। लौटते समय, वह सारे रास्ते इस आविष्कार की सूचना चिल्ला-चिल्ला कर नगरवासियों को देता रहा।

कुछ ही दिनों में इस आविष्कार की खबर सारे इटली में फैल गयी। एक पुरातत्त्ववेत्ता प्रोफेसर ग्रिफो ने घटनास्थल पर आ कर पूरी जाँच कर के बताया कि मिले हुए ध्वंसावशेष किसी प्राचीन मन्दिर के नहीं, गेला (या तैरानोवा) नामक नगर के हैं। इंटरलिसी को यह जान कर कोई दुःख नहीं हुआ; उसे तो यही खुशी थी कि उस के सपने के परिणामस्वरूप एक महान् आविष्कार सम्भव हुआ। तब से इस भाग की और ज्यादा खुदाई कर के पुरातत्त्ववेत्ताओं ने हज़ारों साल पुरानी संस्कृति का पता लगाया है।

कुछ स्वप्न-सृजित चमत्कार

यह तथ्य कि सपनों में वह स्मृतियाँ साकार हो जाती हैं, जो जाग्रतावस्था में चेतन मन की पहुँच के बाहर रहती हैं, अब सभी मानस-शास्त्रियों द्वारा स्वीकार किया जा चुका है। युरोप में १८७८ में मुरे नामक एक व्यक्ति को दिन में 'मुसुद्दीन' शब्द बार-बार, अनायास, याद आया। उसे सिर्फ़ इतना ज्ञात था कि यह नाम फ्रांस के एक नगर का है, पर उस का सही अता-पता उसे मालूम या याद नहीं था। एक दिन उस ने सपने में देखा कि वह मुसुद्दीन के एक निवासी से बातें कर रहा है। उस के यह पूछने पर कि मुसुद्दीन कहाँ है, मुसुद्दीन-वासी ने जवाब दिया कि वह एक छोटा सा शहर है, और ददोंगौन के निकट स्थित है। जागने पर, उस ने भूगोल देखा, तो इस जानकारी को सत्य पाया।

जिस सिलाई की मशीन के बिना आज आप को कपड़े पहनने को न मिल पायें, उस का आविष्कार भी एक सपने में ही पूरा हुआ था। इस के आविष्कारक एलिसहो ने एक सिलाई की मशीन लगभग पूरी कर ली थी। पर उस में एक खामी रह गयी थी। अभी तक उस ने यह निश्चय नहीं किया था कि उस के कल-पुर्जों के बीच सुई को कहाँ लगाया जाये ताकि सिलाई आसानी से होती रहे। उस ने सुई को कई स्थानों पर लगा कर देखा, पर कहीं भी वह सन्तोषजनक ढंग से लगती दिखाई नहीं दे रही थी।

चिन्ता के कारण, वह उस रात सो नहीं पाया। रात्रि के अन्तिम प्रहर में जब उसे नींद आयी, तो उस ने एक विचित्र सपना देखा। इस सपने में उस ने देखा कि वह किसी जंगली जाति के राजा का बन्दी है, जो उस से कह रहा है — “यह सिलाई की मशीन तुम्हें आज शाम तक तैयार कर के अवश्य दे देनी होगी।” सपने में ही वह 'दिन भर' सोचता रहा कि वह कैसे मशीन पूरी करे? जब सपने की शाम हुई तो एक डरावना आदमी हाथ में भाला लिये उस के पास आया, और उस की नोक उस की छाती के पास ला कर ऊपर-नीचे करते हुए बोला—“बोल अभी तक मशीन

तैयार हुई या नहीं ? नहीं होगी, तो अभी इस भाले से तेरी जान लेता हूँ ।”

भय के मारे उस की आँख खुल गयी । और आँख खुलते ही, एक विचार उस के दिमाग में कौंधा । उस भयंकर सपने ने उस की समस्या हल कर दी थी । उस ने मशीन की सुई का छेद नोक की ओर बनाया, और उसे मशीन में इस तरह लगाया कि वह खड़ी हुई हालत में सपने के भाले के समान, बराबर ऊपर-नीचे चलती रहे, ताकि सिलाई में कोई बाधा न आने पाये ।

ब्रह्मविभूषण सूर्यनारायण व्यास कुछ समय पहले संस्कृत के एक कठिन काव्य ‘अश्वधारी काव्य’ का हिन्दी पद्यानुवाद कर रहे थे । १०-११ पद्य पूरे हो जाने के बाद सहसा, क्रम रुक गया, जो अनेक प्रयत्न करने पर भी आगे न बढ़ पाया । अन्तिम पद्य को गुनगुनाते हुए वे सो गये । सपने में उन्हें पद्य का शेष अनुवाद सूझ गया । सपना भंग होते ही उन्होंने सपने में सूझे हुए पद्यानुवाद को लिख डाला । इस के बाद उन्हें इस कार्य को पूरा करने में कोई कठिनाई अनुभव नहीं हुई ।

स्वप्न-सृजित एक अन्य चमत्कार का वर्णन व्यासजी ने इस प्रकार किया है :
‘मेरे परिवार में एक नवजात शिशु का अन्न प्राशन होने वाला था । प्रथा के अनुसार यह कार्य पुरानी चाँदी की मुद्रा के माध्यम से आम के पत्ते पर रख कर किया जाता है । एक दिन पूर्व जब सुरक्षित रजत-मुद्रा की खोज की गयी, तो उस का कहीं पता न चला । मेरी माता ने वह कहीं रखी थी । लेकिन कुछ महीने पूर्व ही माँ इस दुनिया से चली गयी थी, अब कौन बताये कि वह कहाँ है ? खूब देख-भाल की गयी, पर निराश होना पड़ा । सभी के मन में यह बात घुटती रही । परन्तु मध्य रात्रि को स्वप्न में आ कर माँ ने कहा—‘तुम ने उस अल्मारो के अमुक कोने में देखा ही नहीं । वहाँ एक छोटी सी पुटलिया के नीचे वह मुद्रा पड़ी है ।’ ठीक उसी पोटली के नीचे वह मुद्रा उसी तरह रखी हुई मिल गयी ।

दक्षिणी अफ्रीका की औरेंज नदी के तट पर स्थित ‘एल्यूवियल’ नाम की हीरे की खान दुनिया की सब से बड़ी हीरे की खान मानी जाती है । इस प्रदेश के गर्वनर सर हैरी विल्सन का कहना है कि करीब सौ साल पहले, जब इस खान के बारे में किसी को कुछ पता न था, उस के निकट रहने वाले एक किसान को लगातार यह सपना दिखाई दिया था कि उस भूभाग में कहीं हीरे की खान है । उस की मृत्यु के बाद, उस के सपनों पर विश्वास कर के, उस के मृत्युलेख कार्याधिकारी ने वहाँ खुदाई करायी, और वहाँ सचमुच वह खान निकली । इस से पहले भूगर्भविशेषज्ञों को विश्वास ही न होता था कि वहाँ हीरे निकल सकेंगे ।

साधारण व्यक्तियों के स्वप्नसम्बन्धी असाधारण अनुभव

व्यक्ति महान् हो या साधारण, सपनों में वह अपने प्रति अधिक ईमानदार रहता है । सपनों में वह प्रिय, अप्रिय सभी सत्त्यों का, जिन के प्रति वह जाग्रतावस्था में

जान-बूझ कर आँखें मूँदे रहता है, साहसपूर्वक सामना कर, उन के अस्तित्व को स्वीकार करता है। इस के उदाहरण हैं, साधारण व्यक्तियों के जीवन में घटी कुछ घटनाएँ, जिन से यह धारणा और अधिक दृढ़ हो जाती है कि मनोवैज्ञानिक अर्थों में स्वप्न सचमुच भविष्यवक्ता हो सकते हैं।

एरिक फ्रॉम नामक मनोवैज्ञानिक ने 'विस्मृत-भाषा' नामक अपनी पुस्तक में अमरीका के एक व्यापारी की कहानी सुनायी है, जिस ने व्यापार में एक व्यक्ति को साझेदार बनाया। इस व्यवस्था के कुछ दिन बाद, उस ने सपने में देखा कि उस के साझेदार ने उसे धोखा दिया है। उसे इस सपने पर यकीन नहीं हुआ, पर एक साल के अन्दर ही उस का सपना एकदम सच्चा निकला, और उसे भारी हानि हुई।

फ्रॉम का कहना है कि यदि वह व्यापारी उस स्वप्न की उपेक्षा न करता, तो वह साझेदारी से अलग हो कर हानि से बच सकता था। ठीक उस छोटे से जहाज के मालिक की भाँति जिस ने एक रात सपना देखा कि उस का जहाज एक बड़े जहाज से टकराने जा रहा है। वह चौक कर उठा, और केबिन से बाहर आ कर, चारों ओर देखने लगा। घने कोहरे के बावजूद, दूर-दूर तक उसे कहीं कोई जहाज नहीं दिखाई दिया। वह, फिर सो गया। पर, कुछ देर बाद वही सपना उसे फिर दिखाई दिया। इस बार, आँख खुलने पर, उस ने मस्तूल पर चढ़ कर चारों ओर देखा। करीब २१ गज की दूरी पर एक बड़े जहाज को सचमुच खड़ा देख कर वह दहल गया, और उसे विश्वास हो गया कि जो कुछ उस ने अभी-अभी सपने में देखा था, वह घटित ही होने जा रहा है। उस ने क्रौरन भौंप बजा कर बड़े जहाज को अपनी मौजूदगी की सूचना दी, और उस दुर्घटना को बचा लिया, जो कुछ ही मिनटों में होने जा रही थी।

एक स्वप्नविशेषज्ञ ने उपरोक्त दोनों घटनाओं में दरशायी गयी सपनों की भविष्य बतलाने की विलक्षण शक्ति की व्याख्या इस प्रकार की है : 'व्यापारी का अवचेतन मन अपने भागीदार की बेईमानी की प्रवृत्ति से परिचित हो चुका था, और उस ने यह चेतावनी चेतन मन को दी भी थी। पर जब चेतन मन ने इस चेतावनी की उपेक्षा कर दी, तो उस ने इस चेतावनी को स्वप्नों के रूप में व्यक्त किया। इसी प्रकार, सागर में बड़े जहाज के चलने से उत्पन्न स्पन्दन को छोटे जहाज के मालिक के अवचेतन मन ने ग्रहण कर उस की सूचना सपने के रूप में चेतन मन को दे दी।'

इस धारणा के आधार पर अन्य सपनों की व्याख्या भी सम्भव है।

सपने किस प्रकार दूर घटी हुई किसी अज्ञात घटना पर प्रकाश डाल सकते हैं, इस के उदाहरण समय-समय पर प्रकाशित होते रहते हैं।

पंजाब के एक गाँव के एक धनी-मानी व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि उन के पिता, जो उन से कई सौ मील की दूरी पर रहते थे, सपने में उन से कह रहे हैं

१. The Forgotten Language Eric Fromm .. Rinchait.

कि मैं अब तुम से और इस संसार से विदा ले रहा हूँ। दूसरे दिन, चार बजे उन्हें तार मिला कि उन के पिता की मृत्यु हो गयी है।

दिल्ली के एक सज्जन को सपना दिखाई दिया कि वे अपने एक मित्र के घर में हैं, जहाँ उन का मित्र उन्हें एक बड़े गिलास में हल्दी मिला दूध पिलाते हुए कह रहा है — “दुर्घटना की वजह से अभी तुम्हारी तबियत ठीक नहीं है। दूध पी कर थोड़ी देर आराम कर लो।” जैसे ही वह दूध पी रहे थे, उन की आँख खुल गयी।

अगले दिन, सचमुच ही वह दुर्घटनाग्रस्त होते-होते बाल-बाल बचे। जब वे दुर्घटनास्थल से घर लौट कर आराम कर रहे थे, तो उन्हें यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि उन का वही मित्र, जिसे उन्होंने सपने में देखा था, हाथ में एक बड़ा गिलास लिये खड़ा है, और उन्हें हल्दी मिला दूध पीने को कह रहा है।

मण्डला के एक अध्यापक को एक अस्पष्ट-सा अशुभ स्वप्न दिखाई दिया। अगले दिन, उन की बेटी को सपने में स्पष्ट दिखाई दिया कि वह, उस की छोटी बहन और एक सहेली नर्मदा में डूब गये हैं। उसी दिन, काफ़ी सावधानी के बावजूद, वे तीनों लड़कियाँ ठीक उसी प्रकार नर्मदा में डूब गयीं, जैसा उन में से एक को सपने में दिखाई दिया था।

पंजाब के एक संस्थान के निर्देशक को उन के एक मित्र ने लिखा कि वे आगामी रविवार को संस्थान देखने के लिए आ रहे हैं। निर्देशक महोदय ने उन्हें किसी और दिन आने को कहा, कारण रविवार को संस्थान बन्द रहता है। पर, मित्र महोदय ने लिखा कि उन्हें अन्य कोई दिन अनुकूल नहीं पड़ता। शनिवार की शाम को निर्देशक महोदय ने सपने में देखा कि मित्र महोदय संस्थान में आ पहुँचे हैं। आश्चर्य से उन्होंने आँखें खोल दी, और यह देख कर उन का आश्चर्य और अधिक बढ़ गया कि मित्र महोदय उन के सामने ही खड़े थे।

मथुरा में एक महिला की नौकरानी अचानक गायब हो गयी। कही पता न चला कि वह कहाँ चली गयी। एक दिन उन्हें सपने में दिखाई दिया कि एक व्यक्ति नौकरानी को जबरन अपने साथ लिये जा रहा है। जागने पर उन्होंने उस व्यक्ति को याद करने की कोशिश की तो याद आया कि वह व्यक्ति कई साल पहले उन के यहाँ नौकर रह चुका था, और अपनी मर्जी से नौकरी छोड़ कर गया था। उस नौकर का पता लगाया गया, और वह नौकरानी सचमुच वही निकली।

गोरखपुर में दो बहनो को, जो अलग-अलग मुहल्लों में ब्याही थीं, एक ही सपना दिखाई दिया कि उन के भाई लखनऊ से आये हैं। यद्यपि भाई के आने की कोई आशा न थी, फिर भी, जैसे इस सपने को सच्चा सिद्ध करने के लिए ही, वे अगले दिन घर पर दिखाई दिये।

लाहौर में एक व्यक्ति ने अपने बड़े भाई के एकमात्र पुत्र की इस उद्देश्य से हत्या कर दी कि इस प्रकार वह अपने भाई की सम्पत्ति का उत्तराधिकारी बन जायेगा।

कुछ दिन बाद, उस लड़के की माँ ने सपने में देखा कि उस की हत्या उस के चाचा ने की है, और अब उस का शव रावी के किनारे दबा पड़ा है। पुलिस में रिपोर्ट की गयी, और सचमुच जहाँ लड़के ने सपने में बताया था कि उस का शव दबा पड़ा है, ठीक वही उस का शव मिला। चाचा को फौरन गिरफ्तार कर लिया गया।

इसी प्रकार, पंजाब की एक अन्य माँ को भी अपनी एक पुत्री की हत्या का सूत्र सपने में ही ज्ञात हुआ था। एक साधु उस की दो लड़कियों को भगा कर ले गया। उन में से एक की हत्या कर के, उस का शव उस ने नदी में बहा दिया, और दूसरी को उस ने एक एकान्त कोठरी में ले जा कर बन्द किया।

लड़कियों के सम्बन्धियों और पुलिस ने उन की काफी खोज की, पर लड़कियों का कोई पता न चला। कुछ दिन बाद, जोवित लड़की ने सपने में अपनी माँ से कहा कि वह एक एकान्त कोठरी में पड़ी है। उस कोठरी का पता बताते हुए उस साधु का हुलिया भी बताया, जो उसे और उस की बहन को भगा कर ले गया था, और जिस ने उस की बहन की हत्या कर, उस का शव नदी में बहा दिया था। इस सपने की रिपोर्ट के आधार पर पुलिस ने उस साधु को पकड़ा, कोठरी में बन्द लड़की का उद्धार किया, और नदी से मृत लड़की का शव खोज निकाला।

बिलासपुर की एक चावल-मिल में काम करने वाला एक व्यक्ति गूंगेपन से मुक्ति पाने के लिए एक सपने का कृतज्ञ है। यह व्यक्ति पिछले बारह वर्षों से गूंगा था। एक दिन उस ने सपने में देखा कि कोई उस की गर्दन दबोचने की कोशिश कर रहा है। डर के मारे, वह सपने में ही चिल्ला उठा, और तब से अच्छी तरह बोलता है।

ब्रिटेन के मानसशास्त्री हैडफील्ड के एक रोगी को कई बार एक ही सपना दिखाई दिया कि उसे पक्षाघात हो चुका है। इस के कुछ दिन बाद, उसे सचमुच ही पक्षाघात का दौरा पड़ा। बाद में, हैडफील्ड को ज्ञात हुआ कि उस रोगी को जन्म से ही सूजाक की बीमारी थी, और उसी के कारण उसे पक्षाघात हुआ था। उस के स्वप्न की व्याख्या करते हुए हैडफील्ड ने लिखा : “रोगी का अन्तर्मन इस तथ्य से परिचित था कि नींद में उसे कभी-कभी पक्षाघात के हल्के दौरे पड़ते हैं, और यही संकेत उस ने स्वप्न के माध्यम से जाग्रत मन को दिया था।”

सपनों के छद्म पर सच्चे प्रतीक

वास्तव में, अन्तर्मन के गहरे और अँधेरे कूपों में ऐसी अनेक कामनाएँ, आशांकाएँ और सहज प्रवृत्तियाँ छिपी पड़ी रहती हैं, जो दिन में, विवेक के डर से अपना सिर नहीं उठा पाती, पर सपनों में निर्द्वन्द्व हो कर प्रकट होती हैं।

खोयी हुई यादों को अवचेतन के अँधेरे तलों से उजागर करने के लिए स्वप्न से बढ़ कर कोई माध्यम नहीं। ज्ञात और अज्ञात असल में एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। जो कल तक अज्ञात था, अवचेतन की मेहरबानी से आज तक वह ज्ञात है। पर,

आदमी जितना ज्यादा जानता जाता है, उस के अज्ञान का विस्तार भी उसी अनुपात में बढ़ता जाता है। कारण, हमारा अवचेतन अज्ञात स्मृतियों और बातों का अथाह भण्डार है।

संथालपरगना के एक युवक को अपनी प्रेयसी से अत्यन्त प्रेम था, और वह उसे स्वास्थ्य और सौन्दर्य का अवतार मानता था। सहसा, उस ने कई बार सपनों में देखा कि उस की प्रेयसी की मृत्यु हो गयी है। इस भयंकर स्वप्न ने उसे काफी समय तक ग्रस्त और परेशान रखा। पर, कुछ समय बाद उस की प्रेयसी सचमुच चल बसी, और वह भी घुल-घुल कर।

एक मानसशास्त्री उस युवक से पूछताछ कर के इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि युवक को अपनी प्रेयसी के बारे में यह पता चल गया था कि कुछ लोग उस के बारे में एक गम्भीर बात छिपाने की कोशिश कर रहे हैं। लेकिन, अन्धे प्रेम के कारण उस ने इस बात को जानने का प्रयत्न नहीं किया। उस का अवचेतन मन इस खतरे से परिचित था, और सपने में मौत की घंटी बजा कर उस ने युवक को इस बारे में सावधान किया।

ऐसी ही एक घटना एक लड़की के साथ घटी थी, जो गुप्त रूप से अपने पिता को ही सब से अधिक प्यार करती थी।

हमारी दमित और अज्ञात मनोवृत्तियाँ सपनों में किस प्रकार मूर्त रूप धारण करती हैं, इस का एक उदाहरण कार्लजुंग ने भी प्रस्तुत किया है। उन के एक मित्र पर्वतारोही थे, और प्रायः जुंग की इस धारणा का मजाक उड़ाया करते थे कि सपने भावी घटनाओं का आभास दे सकते हैं। एक दिन, उन्होंने जुंग से कहा कि उन्हें पर्वतारोहण सम्बन्धी एक सपना पिछली रात को दिखाई दिया था। जुंग ने जब वह सपना सुनाने को कहा, तो वे बोले : “मैं ने देखा कि मैं आल्प्स की एक ऊँची चोटी पर पहुँच गया हूँ और वहाँ पहुँच कर मुझे बड़ी प्रसन्नता हो रही है। हर्षातिरेक में मैं ने निश्चय किया कि वहाँ से सहज ही अन्तरिक्ष पार कर, स्वर्ग में प्रवेश करना चाहिए। पर, यह निश्चय पूरा नहीं हुआ, क्योंकि तभी मेरी आँखें खुल गयीं।”

स्वप्न सुन कर जुंग जान गये कि पर्वतारोही मित्र के अन्तर्मन में आत्महत्या करने का विचार गुप्त रूप से जन्म ले रहा है, और अन्तर्मन ने इसी गुप्त कामना का संकेत चेतन मन को स्वप्न के जरिये दिया है। उन्होंने मित्र को सलाह दी कि वे कभी पर्वतारोहण के लिए अकेले न जायें। मित्र ने उस की इस सलाह को हँसी में टाल दिया। लेकिन, कुछ ही दिन बीते थे कि जुंग को दुःखद समाचार मिला कि उन के पर्वतारोही मित्र एक चोटी पर से गिर कर मर गये। एक वन-रक्षक, जिस ने इस दुर्घटना को अपनी आँखों से देखा था, बताया कि वे जानबूझ कर चोटी से गिरे थे।

सपनों की भविष्यवाणी के विषय में एक अन्य मानसशास्त्री का कहना है—
“जाग्रतावस्था में हमारा मन प्रायः अहंकार, विवेक, आशाकाओं, शिष्टाचार आदि अनेक

बन्धनों से जकड़े रहने के कारण, न तो वस्तुस्थिति का सही अध्ययन ही कर पाता है, और न ही कोई सही निश्चय हो ले पाता है। पर, नींद और सपनों में ये बन्धन नहीं रहते, और इसीलिए इन दोनों अवस्थाओं में हम वर्तमान और भविष्य का सही अनुमान लगा सकते हैं।”

कभी-कभी तो सपनों में सुव्यक्त और स्पष्ट संकेत भी दिखाई देते हैं, जैसा कि एण्ड्र्यू लैंग नामक लेखक द्वारा वर्णित इस प्रसंग से जाहिर है :

“एक बैरिस्टर महोदय एक रात कुछ पत्र लिखने के लिए उठे। साढे बाग्ह बजे के करीब सब पत्र पूरे कर के वे उन्हें लेटरबॉक्स में डालने गये। घर लौटने पर, कपड़े बदलते हुए उन्हें याद आया कि बड़ी राशि का एक चेक, जो उन्हें उसी दिन मिला था, कहीं नहीं मिल रहा है। काफी ढूँढ़ने पर भी वह चेक उन्हें नहीं मिला। लेकिन, सपने में उन्होंने चेक को अपने घर और लेटरबॉक्स के बीच एक स्थान पर पड़े पाया। वे फ़ौरन उठे और कपड़े पहन कर बाहर आये। सचमुच चेक वही पड़ा था, जहाँ उन्होंने उसे सपने में पड़े देखा था।

एक स्वप्नशास्त्री इस स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार करते हैं : ‘लेटरबॉक्स जाते समय चेक उन की जेब से गिर पड़ा था, पर इस बात का भान सिर्फ़ उन के अवचेतन मन को ही था, जिस ने इस की सूचना चेतन मन को सपने के जरिये दे दी।’

अवचेतन मन आने वाली असफलता की सूचना भी कभी-कभी सपनों के छद्म प्रतीकों द्वारा चेतन मन को दे देता है। १९६५ की भारत-सुन्दरी जो विश्वसुन्दरी की प्रतियोगिता में गयी थी, पर विश्वसुन्दरी न बन पायी, का एक सपना, जो उन्हें प्रतियोगिता से ठीक एक दिन पहले आया था, इस बात की पुष्टि करता दीखता है।

सपने में उन्होंने देखा कि गिर जाने से उन की टाँग घायल हो गयी है, और प्रतियोगिता के आयोजक उन से कह रहे हैं कि वे प्रतियोगिता में शामिल न हो पायेंगी। वे उन से प्रार्थना करती हैं कि उन्हें अवसर अवश्य दिया जाये, और वे सारी रात चलने का अभ्यास कर के अपनी टाँग स्वस्थ कर लेंगी। ऐसा करने पर भी वे स्वस्थ नहीं हो पाती, और डॉक्टर उन्हें प्रतियोगिता में भाग न लेने को कहता है। पर, वे निराश नहीं होती, और पुनः चलते रहने का असफल प्रयत्न करती हैं। सपने के अन्तिम भाग में वे देखती हैं कि दर्शक उन्हें मंच पर देख रहे हैं, पर वे गिर रही हैं। एक बलिष्ठ हाथ सहसा उन्हें ऊपर उठा लेता है, और तुरही के तीव्र स्वर और एक समझ में न आने वाली घोषणा के बीच वे धड़ाम से गिर पड़ती हैं।

हालीवुड के विख्यात अभिनेता मोवारो को एक बार एक विचित्र अनुभव हुआ था। एक बार जब वह किसी क्रस्वे के एक होटल में ठहरा था, तब एक अजीब मामला उस के सामने आया। होटल के मालिक की मृत्यु कुछ दिन पहले हुई थी, और वह अपनी सारी सम्पत्ति अपने दोनों बेटों को सौंप गया था। मगर जिस वसीयतनामे

के अनुसार सम्पत्ति का विभाजन होने वाला था, वह दुर्भाग्य से कहीं खो गया था। इस बात का लाभ उठा कर बड़ा भाई छोटे भाई को, जो अत्यन्त निरीह और मुशील व्यक्ति था, परेशान कर रहा था। छोटे भाई ने नोवारो से सहायता की याचना की, पर नोवारों की समझ में न आता था कि वह किस प्रकार उस बेचारे की मदद करे। इसी समय, एक सपने ने नोवारो और छोटे भाई की सहायता की।

इस अजीबोगरीब सपने में नोवारो ने देखा कि कोई होटल के उस के कमरे के आले के दायें कोने को बार-बार किसी चीज से ठोक रहा है। वह चकित हो कर उठा, और उस आले को खोजने लगा। शीघ्र ही आले के दायें कोने में उसे वह वसीयतनामा मिल गया, जो खो गया था, और काफी ढूँढने पर भी नहीं मिला था। इस वसीयतनामे के मिल जाने पर सारी समस्या आसानी से हल हो गयी, और सम्पत्ति वसीयतनामे के निर्देशों के अनुसार विभाजित कर दी गयी।

क्या सपने रोगों की भविष्यवाणी कर सकते हैं ?

क्या सपनों द्वारा रोगों की भविष्यवाणी सम्भव है ?

हजारों साल पहले, मिस्र में मानसिक तनावों से पीड़ित रोगियों के मन को शान्ति प्रदान करने के लिए, उन्हें वहाँ के स्वप्न-मन्दिरों में सुलाया जाता था। इस विधि को निद्रा-चिकित्सा (Hypnotherapy) कहा जाता है।

प्राचीन काल के यूनानियों की भी निद्रा-चिकित्सा में गहरी आस्था थी।

२३०० वर्ष पूर्व, यूनानी दार्शनिक अरस्तू ने कहा था, “अनेक रोगों का निदान और उपचार सपनों द्वारा ही सम्भव है।” उन्होंने एक स्थान पर ‘भाग्यपूर्ण सपनों’ के अर्थ भी समझाये हैं।

यूनान के प्राचीन निपक हिप्पोक्रेटीज ने भी सपनों की रोग-नैदानिक सम्भावनाओं का उल्लेख किया है। उन के अनुसार, “स्वस्थ व्यक्ति के सपने उस के पुराने अनुभवों को ज्यों का त्यों दुहरा सकते हैं। पर, जैसे ही सपने इन अनुभवों को दुहराना बन्द कर दें, और विकृत हो जाये, तो समझ लेना चाहिए कि स्वप्नदर्शी रोगी है। उसे कैसा रोग है, और किस मात्रा में है, इस का अनुमान चिकित्सक सपनों के सही विश्लेषण से कर सकता है। इस विश्लेषण से चिकित्सक यह भी जान सकता है कि रोगी के जीवन में किन वस्तुओं की कमी है, जिन्हें पूरा कर के उस के सपनों को पुनः सुखद और स्वाभाविक बनाया जा सकता है।”

यूनान के चिकित्सा के देवता हैं—अपोलो-पुत्र ऐस्क्युलापियस (Aesculapius)। आज से प्रायः ढाई हजार साल पहले, इन के मन्दिर यूनान में सर्वत्र फँले थे। इन मन्दिरों में रोगियों के उपचार के लिए सूर्य-चिकित्सा, आहार-चिकित्सा, जल-चिकित्सा, संगीतोपचार, शरीर-मर्दन, उपवास आदि विधियों का सहारा लिया जाता था। मानसिक रोगियों के लिए ‘निद्रा-चिकित्सा’ (Hypnotherapy) की व्यवस्था

थी। ऐसे रोगियों को कई दिन तक उपवास कराने के बाद, विशेष कक्षों में सुला दिया जाता था। सोने से पूर्व, चिकित्सक उन्हें मस्तिष्क को शिथिल कर के सपने देखने की सलाह देते थे। उन का विश्वास था कि प्रत्येक मानसिक रोगी अपने रोग के सपने अवश्य देखता है। उन का यह भी विश्वास था कि उन सपनों के बारे में जान कर के रोग का सही निदान और उपचार सम्भव है।

आधुनिक काल में इस क्षेत्र में सर्वाधिक उल्लेखनीय कार्य किया है, रूस के स्वप्नशास्त्री डॉक्टर वासिली ने। २८ वर्ष तक विभिन्न वर्गों के सैकड़ों रोगियों और स्वस्थ व्यक्तियों के चार हजार से अधिक सपनों पर शोध करने के बाद वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे हैं कि सपनों के आधार पर कुछ रोगों की सम्भावना के बारे में जानना सम्भव है।

डॉक्टर वासिली के कथनानुसार वैज्ञानिकों ने यह सिद्ध कर दिया है कि मस्तिष्क में शरीर में घटने वाली सूक्ष्मतम क्रियाओं को जान लेने की असाधारण क्षमता है। इतना ही नहीं, वह चारों ओर के वातावरण और परिस्थितियों की बारीकियों को समझ कर ऐसे उपाय भी सुझा देता है, जिन की सहायता से भावी दुर्घटनाओं और कष्टों से बचा जा सकता है। ये उपाय मस्तिष्क प्रायः सपनों के प्रतीकों के माध्यम से बताता है।

सपनों के प्रतीकों के माध्यम से मस्तिष्क शारीरिक रोगों की पूर्वसूचना भी दे सकते हैं। अनुभवों डॉक्टरों का कहना है कि सर्दियों के बुखार, नजला, फुंसी, फोड़े आदि रोगों के आक्रमण का संकेत सपनों द्वारा एक-दो रात पहले मिल जाता है। इस से गम्भीर रोगों—जैसे, संग्रहणी, मिरगी आदि का पूर्वाभास सपनों के प्रतीकों के माध्यम से पाँच-छह दिन पहले हो जाता है। तपेदिक, कैंसर जैसे दुःसाध्य रोगों के आने का पूर्वसंकेत सपने दो-तीन महीने पहले ही दे देते हैं। यह दूसरी बात है कि रोगी इस संकेत को समझ न पाये, या उसे भुला दे।

तपेदिक तथा अन्य श्वास रोगों के आने का पूर्व संकेत जिस भौतिक के सपनों से मिलता है, उन में रोगी डूबते हुए या पर्वत पर चढ़ते समय अपनी साँस फूली हुई देखता है। दिल के दौर जिस रोगी को आने वाले होते हैं, उसे काफी पहले से सपने में किसी न किसी परिस्थिति में अपना दिल बैठता दिखाई पड़ने लगता है।

आँतों के भावी रोगी को सपने में कच्चा या सड़ा-गला भोजन दिखाई पड़ सकता है। जब फ़्लू का प्रकोप होने वाला हो, तो उस का प्रारम्भ ऐसे सपने से हो सकता है, जिस में रोगी अपने को ठंडे पानी में देर तक भोगता देखे।

मानसिक रोग 'स्वप्न-चिकित्सा' से कैसे ठीक हो जाते हैं, इस बारे में स्वप्न-विशेषज्ञ मानस-रोग-चिकित्सकों का कहना है कि प्रायः सभी मानसिक रोगों के मूल में मन के विकार होते हैं। ये विकार सपनों में उभर कर आते हैं। इन सपनों पर अपना ध्यान केन्द्रित कर के (स्वयं या मानस-रोग-विशेषज्ञ की सहायता से) रोगी

यह जान जाता है कि उस का रोग स्वयं उस के भ्रान्त विचारों का परिणाम है। एक बार उसे यह अनुभूति हुई कि वह उन विचारों से मुक्ति पा कर अपने को रोग-मुक्त भी कर सकता है।

रोगसम्बन्धी सपने प्रायः खौफनाक होते हैं, पर उन का सीधा सम्बन्ध शरीर के उस अवयव से होता है, जो रोग से पीड़ित होता है। पर, इन सपनों के अर्थ समझने में काफ़ी चतुराई की आवश्यकता होती है। यदि स्वयं ऐसे अर्थ न लगा सकें, तो किसी कुशल मनोचिकित्सक या स्वप्नशास्त्री की सहायता लेनी चाहिए।

यदि रोगावस्था में रोगी कोई सपने न देखे, तो क्या समझना चाहिए ?

डॉक्टर कसालिकन का कहना है, “ऐसी अवस्था में सपने न दिखाई देना इस बात का संकेत है कि कपाल के अन्दर गम्भीर तनाव है। ऐसी दशा में रोगी को किसी डॉक्टर को दिखाना चाहिए। इसी प्रकार अनिद्रा का सीधा सम्बन्ध स्नायु-प्रणाली से है। यह रोग उचित चिकित्सा से दूर किया जा सकता है। अन्त में, मैं इस बात पर जोर देना चाहता हूँ कि यद्यपि सपने रोगों का निदान खोजने में बड़े सहायक हो सकते हैं, पर उन का विश्लेषण अनुभवी मनश्चिकित्सक को ही करना चाहिए।”

कार्ल शेरनल नामक स्वप्न-विशेषज्ञ का कहना है कि प्रत्येक मानसिक या शारीरिक विकार एक विशिष्ट प्रकार के सपने को जन्म देता है। वे यह भी मानते हैं कि कल्पनाशक्ति की भाँति हमारे सपने तथ्यों पर आधारित तो होते हैं, पर उन की सीमाओं में बँधे नहीं रहते।

इस सम्बन्ध में हेवलाक एलिस का मत है कि “प्रत्येक स्वप्न विगत काल की संचित अनुभूतियों और शारीरिक विकारों के योग का परिणाम होता है।...सपने इस तथ्य की पुष्टि भी करते हैं कि हमारी प्रज्ञा हमारी भावनाओं के हाथ का खिलौना भर है।”^१

अगले खण्ड में हम ने उदाहरणों सहित यही दर्शाने का प्रयास किया है कि कला का आरम्भ वहाँ होता है, जहाँ सपनों का अन्त होता है।

१. The World of Dreams—Philosophical Library

स्वप्नों के हाथ सर्जक की लेखनी

सपनों और कला में अनेक साम्य है। एक साम्य तो यही है कि दोनों को भावात्मक प्रश्नों के प्रस्तुतीकरण में प्रतीकों पर निर्भर रहना पड़ता है। दूसरा साम्य शिलर के अनुसार है, “जहाँ स्वप्न समाप्त होते हैं, वही कला की शुरुआत होती है।”

वाल्तेयर ठीक ही कह गये हैं : “किसी भी सिद्धान्त का सहारा ले कर सोचना आरम्भ कीजिए, अन्त में आप को इस नतीजे पर पहुँचने को गजबूर होना पड़ेगा कि सब नयी कल्पनाएँ, सब नये विचार हमें सपनों से ही प्राप्त होते हैं।”

स्वप्नों और साहित्य का सीधा सम्बन्ध

शायद यही कारण था कि प्राचीन यूनानी नाटककार रंगमंच के स्वप्नलोक का ही विस्तार मानते थे। यूनानी रंगमंच के जन्मदाता, कवि, अभिनेता और नाटककार ऐसशीलस (Aeschylus) (५२५-४५६ ई० पू०) पहले यूरपीय थे, जिन्होंने नाटक में सपनों का प्रयोग किया। होमर के अनुसार (ओडिसी, ८, ४८१), “मन्दिरों में धार्मिक विधियों से प्राप्त सपनों और तत्कालीन नाटकों और काव्यों में सीधा और गहरा सम्बन्ध था। ‘ओडिसी’ में पेनीलोप को सपने में दिखाई देता है कि वह अपनी बहन से बातें कर रही है। ‘इलियड’ का जियस देवता का वह सपना भी विख्यात है, जो वे अँगमेमनन (Agamemnon) को ‘भेजते’ है, ताकि वह धोखे में आ कर ट्रॉय से जोखिम भरा युद्ध आरम्भ कर दे।”

होमर सपनों का प्रयोग अपने कथानकों को सजाने में नहीं, उन्हें आगे बढ़ाने के लिए करते थे।^२

सपनों और नाटक के सीधे सम्बन्ध की गवाही यह तथ्य भी देता है कि यूरप की एक प्राचीन भाषा में ‘ड्रीम’ (नींद) के लिए ‘ड्राम’ शब्द का, जिस से ‘ड्रामा’ शब्द निकला है, प्रयोग होता है।

१. The Dreams in Homer and Greek Tragedy—Columbia Univ. Press.

२. Ibid.

प्रत्येक सृजनशील कलाकार अपने कला-माध्यम को सीमाओं के बंधन से मुक्त रहना चाहता है। कारण, वह चाहता है कि उस की कला सदा उस कालातीत, पेवीदगीपूर्ण पर मूलतः सरल सर्वव्यापकता को अभिव्यक्त करे, जो तुंग के अनुसार प्रत्येक चेतन व्यक्ति के अवचेतन मन में विद्यमान रहती है। इस सर्वव्यापकता (Universality) के प्रतीक कलाकार को उस का अवचेतन मन सपनों के माध्यम से ही प्रदान करता है।^१

इस सर्वव्यापकता, जिसे जुंग 'सामूहिक अवचेतन मन' (Collective Unconscious) के नाम से पुकारते थे। ये दर्शन हमें रोमाँ रोलाँ के 'यात्रा का अंत' नामक रचना में होते हैं। नायक ज्याँ क्रास्तोफ़ मृत्युशय्या पर पड़ा सपने में वह कमरा देखता है, जिस में उस का बचपन बीता था। इस के बाद, वह अपने को अपने एक साथी के साथ (जो स्वयं उसी का प्रतिरूप है), एक नदी में यात्रा करते देखता है। क्रास्तोफ़ अपने साथी से पूछता है, "तुम कौन हो ?" उसे उत्तर मिलता है, "मैं वह दिन हूँ जिस का जन्म शीघ्र होगा।" नदी में यात्रा करते समय क्रास्तोफ़ का साथी उस से कहता है, "द्वार खुल गये हैं...नये-नये स्थलों के दर्शन होंगे...पर यह अन्त नहीं है। हम दोनों वहाँ जा रहे हैं जहाँ हम दोनों फिर एक ओर हो जायेंगे।"

नीत्से ने भी अपनी रचनाओं में मनोरथसृष्टि द्वारा 'अहं' की विवेचना की है। ID (मूल प्रवृत्त्यात्मक संवेग) शब्द उन्हीं का गढ़ा हुआ है।

१८८० में, शायद आधुनिक विश्व-साहित्य के इतिहास में पहली बार, एक लेखक, फ्रावर्ट ने "Temptation of St Anthony" में असामान्य विज्ञान में सञ्चि ली, और पहली बार, एक साहित्यिक कृति में चेतन मन को सुबोध रूप में प्रस्तुत किया। इस के करीब आठ साल बाद, महान् रूसी उपन्यास 'ब्रदर कार्माजोव' सामने आया। इस में दास्तोवस्की ने, जिन्हें साहित्य में असामान्य मनोविज्ञान की पुष्ट देने की दिशा में अग्रणी माना जा सकता है, आधुनिक साहित्य का सर्वाधिक साहित्यिक स्वप्न, इवान कार्माजोव का, जो 'शैतान से बातें करता है।"

दास्तोवस्की ने अपनी कृतियों में चेतन मन के स्तर पर दृश्यमान विचार-प्रवाह को हबहब प्रस्तुत करने की शैली को (जिसका प्रयोग आधुनिक मानस-रोग-विशेषज्ञ मानस-रोगियों के मनोविश्लेषण के लिए करते हैं) पहली बार अपनाया। पचास वर्ष बाद, 'यूलिसिस' में इसी शैली का अधिक स्वतंत्र और विस्तृत प्रयोग हुआ। सपनों को अनुकृतियाँ—ये कथाकृतियाँ

टात्सटाय की प्रसिद्ध कहानी 'तुषारझंझा' उनके एक वास्तविक स्वप्न पर आधारित है। यह स्वप्न उन्होंने शीत काल में की गयी एक यात्रा के दौरान देखा था। स्वप्न में उन्हें जिस असह्य कष्ट की अनुभूति हुई थी, उसी को उन्होंने कहानी के नायक

१. Modern Man in Search of a Soul—Ed. Warner Taylor (Harcourt, Brace & Co)

के इन शब्दों में साकार किया है : 'मैं सोया हुआ था, फिर भी गाड़ी में लगी घंटियों की आवाज साफ़ सुनाई दे रही थी। क्रमशः यह आवाज़, अनायास, कुत्ते के भूँकने की आवाज़ में बदल गयी। कुछ देर बाद, इस आवाज़ के स्थान पर मुझे एक परिचित स्वर सुनाई देने लगा—'ऑर्गन' का स्वर। और, कुछ क्षण बाद यही स्वर फ्रेंच भाषा की उन काव्य-पंक्तियों के रूप में परिवर्तित हो गया जो इस स्वप्न से पूर्व, मेरे मन में तैर रही थी। अंत में, यह स्वर एक ऐसे कष्टदायक यंत्र के रूप में बदल गया, जिसे के कारण मुझे अपने दायें पाँव में असह्य पीड़ा अनुभव होने लगी। आश्चर्य इस बात का था कि जब मैं उठा, तब सचमुच यह पीड़ा मुझे अनुभव हो रही थी। पाँव जम भी गया था जब कि सोने से पहले वह एकदम स्वस्थ था।'

प्रायः सभी सृजनशील लेखकों ने यह मत व्यक्त किया है कि उन की रचनाओं में जिन तीव्र संवेदनाओं, पीड़ाओं, सुखोपलब्धि तथा अतृप्त भावों के दर्शन होते हैं, उन में से अधिकांश की क्षणिक अनुभूति उन्हें सपनों में ही हुई थी। कारण स्पष्ट है। जाग्रतावस्था में चेतन मन अन्तर की उन गहराइयों में प्रवेश नहीं कर पाता, जिन में हमारा अवचेतन मन स्वप्नावस्था में सहज प्रवेश कर लेता है।

प्रख्यात रूसी कवि लेखक पुश्किन की काव्यकृति 'बख़्शी सशाय का निश्चर' में एक बलीब को जिन विचित्र अनुभूतियों तथा तीव्र और दारुण कष्टों के दौर से गुजरना पड़ता है, उन से पुश्किन का साक्षात्कार एक सपने में ही हुआ था। एक अन्य रूसी लेखक वी० कारोलेन्को ने 'माकर का स्वप्न' नामक अपनी कहानी में एक निर्धन, निराशास्त्र तथा पददलित किसान की यातनाओं तथा आकांक्षाओं का बड़ा ही सजीव वर्णन किया है। यह अद्वितीय कहानी स्वयं लेखक के एक स्वप्न को ही अनुकृति है।

टाल्सटाय की असाधारण कृति 'अन्ना कैरीना' में एक सपने के माध्यम से अन्ना के आंतरिक संघर्ष का चित्रण किया गया है। अन्ना, जो अपने पति के अतिरिक्त व्रान्सकी से भी प्रेम करती है, सपने में देखती है कि व्रान्सकी उस का दूसरा पति है, और अपने पहले पति के सामने ही उसे प्यार करता है, तथा उस का वास्तविक पति इस प्रेम-प्रदर्शन से बिलकुल नाराज नहीं होता। अन्ना इस 'व्यवस्था' से अत्यन्त प्रसन्न है, क्योंकि उस ने बड़ी आसानी से उसके जीवन की उग्रतम समस्या का हल कर दिया है।

एक दुःस्वप्न : एक उपन्यास की आधारभूमि

और अब सुनिए एक ऐसे भयानक स्वप्न की कहानी जो एक लोकप्रिय उपन्यास के कथानक का आधार बना। इस उपन्यास के लेखक मॉर्गन राबर्ट्सन ने इस उपन्यास में, जो उस को दिखाई दिये एक भयंकर सपने पर आधारित था, एक विशाल अपूर्व तथा भव्य जहाज के डूबने का रोमांचक वर्णन किया है। इस उपन्यास के प्रका-

शन के ठीक चौदह वर्ष बाद, ऐसे ही एक जहाज 'टिटैनिक' का निर्माण हुआ, और वह अपनी पहली और अन्तिम यात्रा में उसी प्रकार डूबा, जिस प्रकार राबर्ट्सन ने उसे सपने में डूबते देखा था।

इस उपन्यास की रचना से पूर्व, राबर्ट्सन एक साधारण तथा अप्रसिद्ध लेखक था। उस की रचनाएँ छोटे पत्रों में ही प्रकाशित होती थीं। चूँकि वह महत्वाकांक्षी लेखक नहीं था, इस लिए वह अपने जीवन और अपनी साहित्यिक प्रगति से काफ़ी सन्तुष्ट था। लेकिन १८९८ की एक रात को उसे जो लोमहर्षक और दारुण स्वप्न दिखाई दिया, उस ने इस साधारण लेखक को असाधारण लोकप्रियता के उच्च शिखर पर प्रतिष्ठित कर दिया।

सपने में राबर्ट्सन ने ७०,००० टन भार वाले और ८०० फुट लम्बे 'टिटैन' नाम के भयंकर जहाज का शानदार उद्घाटन और करुण अन्त देखा था। इस सपने का वर्णन स्वयं उसी के शब्दों में इस प्रकार है : 'इस विशाल और 'न भूतो न भविष्यति' जहाज के चारो चोरो लाल रंग के थे। मैं ने इतना बड़ा और प्रभावशाली जहाज पहले कभी नहीं देखा था। बड़ी धूमधाम से उसे समुद्र में छोड़ा गया। उस की पहली यात्रा के अवसर पर विश्व के अनेक गण्यमान्य व्यक्ति उपस्थित थे, या तो दर्शकों के रूप में या यात्रियों के रूप में। पर, इस धूमधाम के बावजूद मुझे लग रहा था (सपने में ही) कि इस जहाज के साथ कोई भीषण दुर्घटना शीघ्र ही घटने वाली है। मुझे लग रहा था कि मैं अपनी आशंका जहाज के कप्तान पर व्यक्त कर दूँ, पर आप जानते ही हैं कि सपने में इन्सान चाह कर भी कुछ नहीं कर पाता। सपने में ही मैं ने देखा कि कुछ देर बाद जहाज सागर की चौरता हुआ चला जा रहा है, और सब यात्री नाचने, गाने और आनन्द मनाने में व्यस्त हैं। जैसे-जैसे जहाज आगे बढ़ता जाता था, उस की रफ्तार बढ़ती जाती थी। मैं ने कप्तान से रफ्तार कम करने को कहा, क्योंकि मुझे लग रहा था कि जहाज की तेज़ रफ्तार उस के लिये घातक सिद्ध हो सकती है। पर कप्तान ने मेरी चेतावनी पर कोई ध्यान नहीं दिया। तभी एक विशाल हिमखण्ड ने जहाज को ध्वस्त कर दिया। जहाज डूबने लगा, और उस के यात्री और कर्मचारी रोने-चिल्लाने लगे। बहुत कम यात्रियों को बचाया जा सका। अधिकांश यात्रियों ने जहाज के साथ ही जलसमाधि ले ली। जहाज के डूबते ही मेरी आँखें खुल गयी, और फिर मैं सारी रात नहीं सो पाया।'

इस दृश्य को 'फ्यूटिलिटी' (निःसारता) नामक उपन्यास रूपान्तरित करने में उसे दो महीने लगे। यह उपन्यास उस ने सपना देखने के एक वर्ष बाद लिखा था, और उस के लिए उसे एक प्रकाशक ने कुल सौ डालर दिये। रोमांचक उपन्यासों के प्रेमियों में यह उपन्यास अत्यन्त लोकप्रिय हुआ। पर, प्रकाशन के एक-दो साल बाद ही पाठक इस उपन्यास को भी भूल गये, और इस के लेखक को भी। स्वयं लेखक भी इस अवधि में उसे भूल गया।

१९१२ में जब “कभी न डूब सकने वाले जहाज” टिटैनिक का प्रचार आरम्भ हुआ तो उसे अपने चौदह साल पुराने सपने और तेरह साल पुराने उपन्यास की याद आ गयी। कितनी अधिक समानता थी उस सपने के जहाज ‘टिटैन’ और वास्तविक जहाज ‘टिटैनिक’ में। एक स्तम्भकारी विचार उस के मन में कौंध गया, “क्या ‘टिटैनिक’ का भी वही अन्त होगा, जो सपने के ‘टिटैन’ जहाज का हुआ था?” क्या वह ‘टिटैनिक’ के कप्तान को अपने सपने और उपन्यास की बात बता कर जहाज की प्रारम्भिक यात्रा स्थगित करने को कह दे? पर, कितना अजीब लगेगा कप्तान को उस का यह सुझाव!

राबर्ट्सन चुप रहा, और ‘टिटैनिक’ की कुशलता की प्रार्थना करता रहा। अन्त में ‘टिटैनिक’ का उसी ढंग से दुःखद अन्त हुआ, जिस ढंग से उस के सपने के जहाज ‘टिटैन’ का हुआ था। दोनों के अन्त की अधिकांश बातों में आश्चर्यजनक साम्य था! ‘टिटैन’ के यात्रियों को बचाने के लिए काफ़ी जीवन-नौकाएँ जहाज पर मौजूद नहीं थी। इस प्रकार ‘टिटैनिक’ के अधिकांश यात्रियों को भी जीवन-नौकाओं की कमी के कारण नहीं बचाया जा सका। सपने में राबर्ट्सन ने अप्रैल की एक तूफानी रात को एटलांटिक महासागर में ‘टिटैन’ को डूबते देखा था। ‘टिटैनिक’ का अन्त भी अप्रैल की एक तूफानी रात में एटलांटिक महासागर में हुआ। दोनों जहाजों के निर्माता भी अन्त समय में जहाज पर ही थे। दोनों पर काफ़ी मूल्यवान सामग्री भी लदी थी।

वैज्ञानिक अभी तक यह जानने में असमर्थ हैं कि वह कौन-सी रहस्यमयी शक्ति थी जिस ने राबर्ट्सन को चौदह साल बाद घटने वाली एक महत्वपूर्ण घटना का पूर्वाभास करा दिया था?

यह बात बिना किसी संकोच के कही जा सकती है कि यदि सपने न होते तो विश्व के अमर-साहित्य का आधुनिक भण्डार आज काफ़ी खाली दिखाई देता। कारण अनेकानेक उच्चकोटि के ग्रन्थों की प्रेरणा के मूल में सपने ही हैं जो उन के रचयिताओं को अनायास दिखाई दिये थे। ऐसे लेखकों की संख्या काफ़ी बड़ी है।

जार्ज बर्नार्ड शॉ-जैसे महान् साहित्यिक और नाटककार को अत्यधिक प्रभावित करने वाले तथा आंग्ल-थियेटर में क्रान्ति लाने वाले ब्रिटिश नाटककार विलियम ऑर्थर की सफलता का श्रेय भी एक स्वप्न को ही है। ऑर्थर वर्षों से असफल नाटककार थे। सहसा, एक रात उन्हें ‘द ग्रीन गॉडसेस’ नामक नाटक का कथानक सपने में दिखाई दिया। उन्होंने अगले कुछ दिनों में ही इस नाटक की रचना पूरी कर ली। इस प्रयोगवादी नाटक ने उन्हें धन और सफलता दोनों की प्राप्ति करायी। बाद में उन्होंने जो नाटक लिखे, वे सब सफल रहे, और उन के कारण आंग्ल थियेटर ने एक नया मार्ग अपनाया।

शेक्सपियर, दान्ते, होमर, मिल्टन, शैली, कीट्स, रिक, पोप, टेनीसन, कन्हैयालाल मुन्शी, गंगाधर गाडगिल, त्यागराज, अरविन्द, सूर्यनारायण व्यास, कॉलरिज,

विलियम ब्लैक, ईट्स, वयुबिन, हैवलाक एलिस, हीन, वर्ड्सवर्थ, मैग्नीयल रोजेटी, क्रिश्चियाना रोजेटी, स्विनबर्न, हैज़लिट, ब्राउनिंग, मैथ्यू एर्नाल्ड, रॉबर्ट लुई स्टीवेन्सन, बुनयान, हैस एण्डरसन, मैरेडिथ, दाफेन ड्मॉरियर, थॉमस हार्डी, कार्लोट वयू, रॉबर्ट ग्रेब्स, एडवर्ड थॉमस, एलिस मेनेल, फ्रान्सिस थॉमसन, वाल्टर डि ला मेर, घिसेलिन, डोरोथी केनफील्ड, स्टीफ़ेन स्पेण्डर आदि ने स्वप्नों और दिवास्वप्नों की प्रेरणा और सहायता से उत्कृष्ट साहित्यिक कृतियों की रचना की है, अपनी श्रेष्ठतम कृतियों के कथानक प्राप्त किये हैं, और अमर कविताओं की सृष्टि की है। सपनों में वैज्ञानिकों ने महत्त्वपूर्ण आविष्कार भी किये हैं और गणितज्ञों ने गणित की जटिल समस्याओं को भी हल किया है।

युरॉप के लेखकों में सदियों से ऐसा विश्वास प्रचलित है कि यदि किसी को कोई सपना लगातार तीन बार दिखाई दे, तो वह अवश्य सच्चा होता है। फ्रांसिस थॉमसन को एक विचित्र सपना लगातार तीन बार दिखाई दिया। उस से मुक्ति पाने के लिए उन्होंने उसे हूबहू लिख डाला। आज 'द हाउण्ड ऑव हैविन' नाम की इस काव्यकृति के कारण ही उन का नाम विख्यात है। युरॉप के ही एक लेखक का, जो नैतिक उपदेशों से पूर्ण अपनी रचनाओं के लिए विख्यात है, अनुभव था कि उन्हें प्रायः अश्लील सपने ही दिखाई देते हैं। वे आजीवन इस विलक्षण बात से चिन्तित रहे। पर, एक मनोविज्ञानवेत्ता ने उन्हें समझाया कि सपनों के माध्यम से वे उस बदी से छुटकारा पा लेते हैं, जो हर आदमी में भलाई के समान ही मौजूद होती है।

पश्चिम में सदियों से यह विश्वास प्रचलित रहा है कि सपनों के दो द्वार हैं—एक हाथी दाँत का, और दूसरा सीगों का। उपयोगी सपने सीगोंवाले द्वार में-से गुजर कर अन्तर्मन में प्रवेश करते हैं, और अनुपयोगी सपने हाथी दाँतवाले द्वार में-से। युरॉप के कई लेखकों ने अपनी रचनाओं में इस विश्वास का जिक्र किया है।

ईसाई धर्म की उत्पत्ति के अपने इतिहास के लिए प्रसिद्ध प्रोफेसर हिलग्रेट को बेबीलोन की दो पुरानी कहावतों का अर्थ समझने में बड़ी कठिनाई हो रही थी। एक रात उन्होंने सपना देखा कि प्राचीन बेबीलोन का एक पादरी उन्हें उन कहावतों की सही व्याख्या समझा रहा है। ये व्याख्याएँ आज उन के इतिहास में पढ़ने को मिल सकती हैं।

शेक्सपियर ने एक स्थान पर कहा है, "सपनों में कई वर्षों की उपलब्धियाँ कुछ सेकेण्डों में ही पूरी हो जाती हैं।" अपने कई नाटकों, जैसे 'मिडसमर नाइट्स ड्रीम' आदि के अनेक दृश्य उन्हें सपनों में स्पष्ट रूप से या प्रतीकों में दिखाई देते थे। नैन्सी प्राइस नाम की लेखिका ने, जिन की 'एक्विवलेट विद नाइट' नाम की स्वप्न-डायरी काफी मशहूर है, दन्त-विशेषज्ञ की कुरसी पर बैठे हुए, गैस के प्रभाव से अचेत हो कर, कुछ ही सेकेण्डों में कई नाटक लिख कर प्रदर्शित भी करवा लिये, और नये कथानकों की खोज में अनेक देशों की यात्रा भी कर ली थी।

प्रख्यात यूनानी लेखक सेमर के विषय में कहा जाता है कि वह “अफ्रीम का सेवन कर के सपनों की दुनिया में पहुँच जाता था, जहाँ उसे अपनी कृतियों के लिए प्रेरणा प्राप्त होती थी।”^१ उस के समकालीन कई यूनानी संगीतज्ञों के विषय में प्रसिद्धि है कि “वे संगीत के माध्यम से सुखदायक स्वप्न-देश में पहुँच कर नयी-नयी धुनों की प्रेरणा पाते थे।”^२

प्रसिद्ध उपन्यासकार ड्रायडेन स्वप्नलोक में पहुँचने के लिए कच्चा मांस खाया करते थे। उन्होंने यह स्वीकार किया है कि उन्हें अपनी कई कहानियों के कथानकों की मूल प्रेरणा सपनों में ही मिली थी।^३

होमर की भाँति कालरेज भी अफ्रीम का सेवन करते थे। उन्होंने अपनी श्रेष्ठ काव्य-रचना ‘कुबला खान’ की प्रेरणा उस समय प्राप्त की थी, जब अफ्रीम का सेवन कर उन्होंने स्वप्नलोक में प्रवेश किया।^४ एडगर एलेन पो की कुछ विचित्र और असामान्य कहानियों के पीछे भी अफ्रीम-प्रसूत स्वप्न ही थे।

काउपर नामक एक अन्य लेखक का अन्त समय दारुण विपत्ति में बीता। इस अवस्था में, जिस का मर्मस्पर्शी चित्रण उन्होंने अपनी कृतियों में भी किया है, पूर्वाभास उन्हें काफ़ी पहले एक दुःस्वप्न में हो चुका था। २ फ़रवरी १७९३ को उन्होंने अपनी डायरी में लिखा : “आज सुबह चार बजे से ले कर सात बजे तक, सपने में देखे ऐसे संत्रासों के विषय में सोचता रहा, जिन की अभिव्यक्ति लेखनी-द्वारा होनी असम्भव है।”

लुई केरल की ‘एलिस इन वन्डर लैण्ड’ एक छोटी लड़की का उलटी दुनिया का एक सपना ही है। विश्वविख्यात ‘आख्योपन्यास’ में सपनों का प्रयोग प्रचुरता से किया गया है। अरब को एक कृति ‘द स्लीपर अवेकन्ड’ में बगदाद के एक युवक की जो कहानी सुनायी गयी है, उसे पढ़ने के बाद स्वप्नावस्था और जाग्रतावस्था में कोई अन्तर करना कठिन हो जाता है।

गटे के कथनानुसार उन्होंने अपनी कृति ‘वर्दर’ (Werther) का सृजन अर्द्धचेतनावस्था में किया था। उन्होंने यह भी स्वीकार किया था कि उन की अधिकांश कविताओं की प्रेरणा उन्हें सपनों में ही मिली थी।

‘द एम्बैसेडर्स’ की भूमिका में हेनरी जेम्स ने लिखा है : “यह उपन्यास लिखते समय मुझे कोई प्रयत्न नहीं करना पड़ा। आसानी से सीढ़ी-दर-सीढ़ी चढ़ता चला गया। लगा, जैसे किसी ने पूरी तैयारी पहले से ही कर रखी थी।”

‘मिसेज़ डेलावे’ की भूमिका में बर्जीनिया वूल्फ ने भी यही बात कही है :

“जब उपन्यास की पूर्व-योजना निर्धारित की, तभी लगा था कि यह योजना

१. The Dream in Homer & Greek Tragedy—by W. Stuart Messer (Columbia Univ. Press,)

२. Musical Mind—by Harold Shapiro (League of Composers Inc.)

३. The Works of John Dryden,

४. The Road to Xanadu—by : John Lowes (Constable & Co.)

मेरी मूल कल्पना से मेल नहीं खाती। पर, काफ़ी दिन बाद, जब योजना को भूल कर लिखना आरम्भ किया, तो लेखन कल्पनानुसार आगे बढ़ता गया।

बाल-कथाओं के विश्वविख्यात लेखक हैण्डरसन की डायरी से पता चलता है कि वे भी महान् स्वप्नदर्शी थे और अपनी कहानियों में उन्होंने जिन भूत-चुड़ैलों का वर्णन किया है, वे उन्हें सचमुच सपनों में दिखाई दी थी। वे लिखते हैं : “कभी-कभी तो मुझे बिलकुल पता नहीं चलता कि मैं स्वप्न-जगत् में जी रहा हूँ या वास्तविक जगत् में।” अंगरेजी की एक महान् पुस्तक है— ‘द पिलीग्रिम्स प्रॉग्रेस’। इस के लेखक वन-यान का कहना है कि “यह कृति मेरे एक स्वप्न की ही प्रतिच्छाया है !”

युरैप के प्रसिद्ध पशु-विशेषज्ञ डॉलवाफ को एक रात सपने में दिखाई दिया कि उन के आँगन में खूब बर्फ़ पड़ी है, और उस में दो छोटे पक्षी करीब-करीब दबे हुए पड़े हैं। पशु-प्रेमी होने के कारण उन्होंने उन दोनों को बर्फ़ से बाहर निकाल लिया और एक गरम और सुरक्षित स्थान में रख दिया। उन्हें एक प्रकार की घास भी खाने को दी। सपने में उन्होंने यह भी देखा कि घास का नाम *Asplenium Ruta Muralis* है। कुछ देर बाद, सपने में ही, उन्हें दो अन्य वैसे ही पक्षी दिखाई दिये। वे दोनों बाकी बची घास खाने में व्यस्त थे। इस के बाद तो जैसे कमाल ही हो गया। देरते-ही-देखते, सारी जगह इन पक्षियों से भर गयी। और, ये सब पक्षी उधर ही जा रहे थे, जिधर घास रखी थी। विचित्र सपना था***

आँखें खुलने पर उन्होंने सपने में देखी उस घास का नाम याद करने की कोशिश की। वह नाम तुरन्त याद आ भी गया। पर यह नाम उन के लिए एकदम नया था। यह जानने के लिए कि इस नाम की कोई घास होती भी है या नहीं, उन्होंने विशेषज्ञों से पूछताछ की। मालूम पड़ा कि *Asplenium* शब्द से शुरू होने वाली एक घास होती है, जिस का पूरा और शुद्ध नाम है *Asplenium Ruta Muraria*। यह नाम सपने में दीखे नाम से कुछ ही भिन्न था।

इस विचित्र स्वप्न का रहस्य यही समाप्त नहीं हुआ। १६ साल बाद, उन्हें स्विटजरलैण्ड जाने का मौका मिला। वहाँ उन्होंने विभिन्न घासों और फूलों की एक एलबम देखी, जो स्विटजरलैण्ड में पर्यटकों के लिए खास तौर पर तैयार की जाती है। इस एलबम को देखते ही उन के स्मृति-भण्डार में से कुछ भूली हुई यादें निकल कर बाहर आने लगीं। इस एलबम में वह घास भी संग्रहीत थी, जिस उन्होंने सपने में देखा था। और, सब से अर्जाब बात तो यह थी कि उस घास के नाम के नीचे खुद उन के हस्ताक्षर मौजूद थे !

इस रहस्य का उद्घाटन कुछ समय बाद तब हुआ, जब, सहसा, कुछ और पुरानी यादें ताज़ा हो उठीं। उन्हें याद आया कि इस स्वप्न की तिथि से दो वर्ष पूर्व, उन के घर में एक नव-दम्पति मेहमान बन कर आये थे। इस जोड़ी के पास ही वह एलबम था, जो उन्होंने स्विटजरलैण्ड में देखा था। एलबम में हर घास और फूल के

स्वप्नलोक

नाम उन्होंने मेहमानों के आग्रह पर लिखे थे ।

और कुछ महीनों बाद अपनी लाइब्रेरी में पड़ा हुआ एक सचित्र सासिक पत्र देख कर खो गया था, और उस सपने में अचानक बड़े अजीब ढंग से सजीव हो उठा था ।

इस घटना पर टिप्पणी करते हुए एक स्वप्न-विशेषज्ञ ने लिखा है कि “सपनों में दिखाई पड़ने वाली हर वस्तु को हम कभी-न-कभी या तो देख चुके होते हैं, या उस के बारे में पढ़ और सुन चुके होते हैं । हमारा चेतन मन भले ही कुछ वस्तुओं, दृश्यों, अबुभवों या घटनाओं आदि को भूल जाये, पर अवचेतन के स्मृति-भण्डार ने वे सदा सुरक्षित रहती हैं, और कभी मौका पा कर, या संयोगवश सपनों में साकार हो जाती हैं । सपनों में भी कभी-कभी तो अपने असली रूप में आती हैं, और कभी-कभी अपने छद्मवेश में ।”

सपनों के सहारे—बोध के उच्चतम स्तर पर

क्या स्वप्न किसी गणितज्ञ को गणित की किसी जटिल समस्या को हल करने में सहायक हो सकते हैं । कम से कम दो महान् गणितज्ञ इस प्रश्न का उत्तर ‘हाँ’ में देने को तैयार हैं । पहले ने अप्रत्यक्ष रूप से ‘हाँ’ कहा है और दूसरे ने प्रत्यक्ष रूप से ।

आइन्सटाइन एक महान् वैज्ञानिक तो थे ही, एक महान् गणितज्ञ भी थे । “आप की सृजनात्मक प्रक्रिया का रहस्य क्या है ?” “इस प्रश्न के उत्तर में आइन्सटाइन ने एक बार कहा था, “हम सदैव कुछ-न-कुछ देखते रहते हैं पर उसे ठीक-ठीक देख और समझ नहीं पाते । सत्य एक मौखिक धारणा-मात्र है, पर उसे गणित या अन्य किसी विधि से प्रमाणित नहीं किया जा सकता । बुद्धि तो वही तक हमारा साथ देती है, जहाँ तक वह जानती और सिद्ध कर सकती है । पर, एक स्थिति—सुप्तावस्था और स्वप्नावस्था में—ऐसी आती है, जहाँ बुद्धि एक छलाँग-सी लगा कर बोध के उच्चतर स्तर पर पहुँच जाती है । इस स्थिति को सहजोपलब्धि या अन्तर्ज्ञान कुछ भी कह सकते हैं, पर उसे प्रमाणित करना सम्भव नहीं । संसार के अधिकांश आविष्कार ऐसी ही स्थिति में सम्भव हो सके हैं । हर एक के जीवन में ऐसी स्थिति अवश्य आती है, जहाँ वह केवल ऐसे अन्तर्ज्ञान के पंखों पर सवार हो कर ही वह अनुभूति कर सकता है, जो मात्र ज्ञान-द्वारा सम्भव नहीं, और जिस का कोई हल विज्ञान फ़िलहाल प्रस्तुत नहीं कर सकता ।”^१

एक वैज्ञानिक के नाते आइन्सटाइन हिन्दुओं के इस सिद्धान्त में भी विश्वास करते थे कि जगत् माया है, एक स्वप्न है और मानते थे कि इसे गणित और विज्ञान से सिद्ध किया जा सकता है । अपने अन्तिम दिनों में वे इसे सिद्ध करने का प्रयत्न कर भी रहे थे । अपने देहावसान से कुछ दिन पहले, एक पत्रकार ने भेंट के अन्त में एक वृक्ष

१. The Psychology of Invention in the Mathematical Field—by . Jacques Hadmard. (Princeton University)

को दिखा कर उन से पूछा, “क्या कोई पूरी सच्चाई से कह सकता है कि यह वृक्ष ही है?” आइन्सटाइन ने उत्तर दिया : “यह एक स्वप्न भी हो सकता है। सम्भव है कि तुम कुछ भी न देख रहे हो।”

हैनरी पाइनकेयर नामक विश्वविख्यात गणितज्ञ अपनी विख्यात ‘फुकसियन श्रित’ के लिए स्वप्न के ही कृतज्ञ है। इस के आविष्कार की कहानी उन्ही के शब्दों में सुनिए : “मैं लगातार पन्द्रह दिनों से यह सिद्ध करने का प्रयत्न कर रहा था कि जिस श्रित (फल) की कल्पना मैं ने की थी, वह निरुपम है। पर, मुझे सफलता नहीं मिल रही थी। एक शाम तेज कॉफी पीने के बाद मेरे दिमाग में विचार काफी तीव्रता से आने-जाने लगे, पर एक स्थिर हल भुझे उस रात स्वप्न में सूझा, जिसे मैं ने सुबह उठते ही लिख लिया।

मैं ने पाया है गणित की जटिल समस्याओं का हल मनोयोग या चिन्तन में नहीं मिलता। प्रायः नींद के बाद ऐसी जटिल समस्या का हल, ताजा और सशक्त दिमाग अनायास कर देता है। नींद में सक्रिय रहने वाला अवचेतन मन इस सफाई से हल प्रस्तुत करता है कि बस, देखते रहिए। लेकिन, मेरा अनुभव यह है कि अवचेतन से ऐसे हल की आशा करना ही, तो चेतन मन को भी उस से पूर्व सक्रिय करना आवश्यक है।”^१

चिकित्सा-विज्ञान और शरीर-विज्ञान में नोबेल-पुरस्कार जीतने वाले डॉक्टर आट्टो लोइबी को एक रात स्नायविक आवेगों के संचरण से सम्बन्धित एक सिद्धान्त सपने में दिखाई दिया। जैसे ही यह सपना भंग हुआ, वे जाग गये और उन्होंने पास की मेज पर रखे एक कागज पर उस सिद्धान्त को लिख डाला। पर, सुबह उठ कर जब उन्होंने उस कागज को उठाया तो अपना लिखा खुद ही न पढ पाये। अगली रात उन्हें वही सिद्धान्त फिर सपने में दिखाई दिया। इस बार वे उठते ही अपनी प्रयोग-शाला में चले गये। वहाँ उन्होंने सपने में देखे सिद्धान्त के अनुसार एक मेढक पर प्रयोग किया। आगे चल कर यही प्रयोग उन के विश्वविख्यात रासायनिक सिद्धान्त का आधार बना।

बेनजीन के परमाणुओं से सम्बन्धित एक जटिल रासायनिक समस्या का हल केकुल नामक वैज्ञानिक को यह सपना देख कर ही सूझा था कि एक साँप अपनी दुम को निगल रहा है। सपना देख कर, जब उन्होंने परमाणुओं को एक अँगूठी की तरह व्यवस्थित किया, तो हल आसानी से निकल आया।

विज्ञान के लिए नोबुल पुरस्कार प्राप्त करने वाले डॉ॰ लायनस पार्डलिंग का कहना है, “मेरा अवचेतन मन सदा से मुझे नये-नये विचारों की प्रेरणा करता रहा है।”

१. Mathematical Creation—by : Henri Poincare (Ernest Flammarion)

सपनों के प्रकाश में नयी राहों के दर्शन

उन नामक एक विश्वविख्यात गणितज्ञ ने 'समय के साथ एक प्रयोग' नामक अपनी कला—पुस्तक में अपने अनुभवों के आधार पर स्वीकार किया है कि सपनों में भावी घटनाओं के संकेत अत्यन्त स्वाभाविक रूप से प्राप्त हो सकते हैं, और इस चमत्कारिक तथ्य की पुष्टि में अनेक वैज्ञानिक तर्क प्रस्तुत किये जा सकते हैं। ऐसे सपने व्यक्ति की सुख-समृद्धि में भी सहायक हो सकते हैं, जैसा कि निम्न उदाहरण से स्पष्ट होगा।

बालिस बज नामक एक प्रकाण्ड पण्डित को विश्व की अनेक प्राचीनतम भाषाओं, जैसे प्राचीन मिस्री, एक्केडियन, एसीरियन आदि का प्रमुख विशेषज्ञ माना जाता है। पर, इस क्षेत्र में उन्होंने जो भी उपलब्धियाँ कीं, उन का श्रेय वे एक सपने को देते हैं।

प्राचीन भाषाओं में, निर्धन परिवार में जन्मे बज का शौक देख कर, ब्रिटेन के प्रधान मन्त्री ग्लेडस्टोन ने उन्हें कैम्ब्रिज विश्वविद्यालय में भर्ती कराया। वहाँ उन्होंने एसीरियन भाषा तो आसानी से सीख ली, पर उस के प्राचीनतर रूप एक्केडियन भाषा को सीखने में उन्हें कठिनाई हुई। यह भाषा इतनी कठिन है कि आज भी दुनिया के इने-गिने लोग ही उसे जानते हैं।

जिन दिनों बज इस भाषा को सीखने का प्रयत्न कर रहे थे, उन्हीं दिनों उन के विश्वविद्यालय के एक प्राध्यापक ने उन्हें बुलाया और कहा, "विश्वविद्यालय प्राचीन और दुर्बोध भाषाओं से सम्बन्धित एक विशेष प्रतियोगिता का आयोजन करने जा रहा है। यदि तुम इस प्रतियोगिता में विजयी रहे, तो तुम्हें छात्रवृत्ति तो मिलेगी ही, इन भाषाओं को सीखने का तुम्हारा मार्ग भी खुल जायेगा।" बज को यह सूचना पाकर जहाँ खुशी हुई, वहाँ घबराहट भी हुई। उसे मालूम था कि प्रतियोगिता काफ़ी कठिन होगी, तथा अब तक उस की जितनी तैयारियाँ थी, उन के आधार पर प्रतियोगिता में उस का विजयी होना कठिन था। उस ने डट कर मेहनत करनी आरम्भ की, पर प्रतियोगिता के एक दिन पहले तक वह अपनी प्रगति से सन्तुष्ट न था। जिस दिन प्रतियोगिता होने वाली थी, उस से पहली रात को जब वह सोने गया, तो बहुत परेशान था। उसे डर था कि वह प्रतियोगिता में विजयी नहीं हो पायेगा।

उसी रात उस ने एक ऐसा असामान्य सपना देखा, जिस ने उस की चिन्ता को दूर कर दिया। उस ने सपने में देखा कि वह एक शेडनुमा कमरे में बैठा है। कुछ देर बाद एक व्यक्ति ने कमरे में प्रवेश कर उसे एक लिफ़ाफ़ा दिया। लिफ़ाफ़ा खोलने पर उस ने पाया कि उस में हरे रंग के कुछ कागज़ हैं। व्यक्ति ने इन कागज़ों में से एक बज को देते हुए कहा कि "प्रतियोगिता में जो प्रश्न आने वाले हैं, वे इस कागज़ पर लिखे हैं। एसीरियन और एक्केडियन भाषाओं के इन्ही अंशों का अनुवाद तुम्हें अंगरेजी में करना होगा। आशा है, अब तुम्हें प्रतियोगिता में कोई कठिनाई नहीं होगी। इतना

कह कर वह व्यक्ति चला गया। जाने से पूर्व, वह कमरे का ताला लगा गया।

बज को यह देख कर बड़ा सुखद आश्चर्य हुआ कि जो अंश कागज़ पर लिखे थे, उन के अंगरेजी अर्थ उसे भली भाँति आते थे। उस की घबराहट कुछ कम हुई, तथा वह फिर सो गया। पर, वह पुराना सपना उस ने फिर दो बार और उस रात देखा।

सुबह उठने पर उस ने उन अंशों के अनुवाद किये, और घड़कते हुए दिल के साथ प्रतियोगिता में भाग लेने गया। उस की परेशानी अभी भी क्रायम थी। उस के मन में डर था कि यदि प्रतियोगिता में सपने वाले अंश नहीं आये, तो वह क्या करेगा ?

पर, उस की यह आशंका निर्मूल सिद्ध हुई। प्रतियोगिता में वे ही अंश आये, जो वह सपने में देख चुका था। चूँकि उन के अनुवाद का अभ्यास उस ने सुबह ही किया था, इस लिए सब प्रश्नों के उत्तर देने में उसे कोई कठिनाई अनुभव नहीं हुई।

इस तथ्य ने कि प्रतियोगिता में वे ही प्रश्न आये, जो उसे सपने में दिखाई दिये थे, तो उसे चकित किया ही, इस तथ्य ने और भी अधिक चमत्कृत किया कि प्रश्न-पत्रों का लिफाफा और उसे खोलने वाले व्यक्ति की शकल सपने में दिखाई दिये लिफाफे और व्यक्ति से बहुत मिलती थी। प्रश्न-पत्र भी सपने के अनुसार हरे रंग के ही थे। इतना ही नहीं, इस प्रतियोगिता का आयोजन जिस कमरे में किया गया था, वह शोडनुमा था, और सपने में दिखाई दिये कमरे के समान ही था।

अन्त में इस प्रतियोगिता में विजयी हो कर प्राचीन भाषाओं के क्षेत्र में बज ने अद्भुत प्रगति की। उस के उत्खनन कार्य को भी अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माना जाता है। पर, स्वयं बज के अनुसार उसे इस प्रगतिपथ पर अग्रसर कराने का श्रेय उस निराले सपने को ही है, जो उस ने प्रतियोगिता से पूर्व देखा था।

कई हफ्तों से विख्यात वैज्ञानिक लुई एगासिज मछली के जीवाश्म की अनुकृति को पत्थर पर ढालने के असफल प्रयास कर रहे थे। जो अनुकृतियाँ अब तक ढल पायी थी, वे एकदम अस्पष्ट थी। अन्त में, हताश हो कर उन्होंने इस प्रयोग को स्थगित करने का निश्चय कर लिया।

पर तभी एक रात को एक सपने में उन्होंने सम्पूर्ण और स्पष्ट अनुकृति के दर्शन किये। अगले दिन, उस सपने को याद कर के, उन्होंने अनुकृति को ढालने की फिर कोशिश की। लेकिन अभी भी जो परिणाम उन के सामने आया, वह एकदम धुँधला और बेकार था।

उस रात को सपने में उन्होंने पुनः सम्पूर्ण और पूर्णतया स्पष्ट अनुकृति को देखा। इस सपने को आधार मान कर उन्होंने एक बार फिर अनुकृति को उतारने का प्रयत्न किया, पर इस बार उन्हें सफलता नहीं मिली।

तीसरी रात को तीसरी बार उन्होंने सपने में जीवाश्म की निर्दोष अनुकृति को

देखा। इस बार वे पहले से ही सावधान थे। उन्होंने पलंग के सिरहाने कागज-कलम रखा हुआ था, ताकि जीवाश्म का सपना शुरू होते ही वे उस की नकल कागज पर कर लें। ऐसा ही हुआ। जैसे ही, जीवाश्म का सपना आरम्भ हुआ, उन्होंने उस की अनुकृति कागज पर उतारनी आरम्भ कर दी। जागने पर जब उन्होंने सपने में उतारी हुई अपनी अनुकृति को देखा, तो स्वयं ही चकित रह गये। अगले दिन, कागज पर उतारी अनुकृति के आधार पर जब उन्होंने पत्थर पर अनुकृति ढाली, तो उन्हें पूरी सफलता मिली। तराशे हुए इस पत्थर को देख कर लगता था कि यही मछली का जीवाश्म है।

फ्रान्स के विख्यात गणितज्ञ हेनरी फॉर ने कुछ वर्ष पूर्व अपने ७७ सहयोगियों से पूछा, “आप को गणित की कठिन समस्याओं को हल करने की प्रेरणा कहाँ से प्राप्त होती है?” ६९ ने उत्तर दिया, ‘सपनों में।’ सिर्फ ८ ने कहा कि सपनों में समस्याओं के हल पाना सम्भव नहीं है।

दार्शनिक और गणितज्ञ बनने से पूर्व, डेसकार्टिस सेना में थे। जब असह्य शीत के कारण युद्ध-स्थगन हो गया, तो उन्होंने न्यूवर्ग में एक शान्त कमरा किराये पर लिया। यहाँ, छुट्टी लेकर, उन्होंने राजनीति और धर्म के विषय में मनन-चिन्तन आरम्भ कर दिया। पर, इस चिन्तन में कोई तारतम्य न था। अनेक विचार गड़मड़ हो रहे थे।

१० नवम्बर, १६१९ को उन्होंने एक सपना देखा, जिस में उन्होंने अपने विचारों को सुव्यवस्थित पाया। इसी स्वप्न से प्रकाश पा कर उन्होंने गणित और दर्शन का जो अद्भुत समन्वय किया, उस ने कालान्तर में पश्चिम के चिन्तन की समूची धारा को मोड़ कर उसे एक नयी दिशा प्रदान की।

सुप्रसिद्ध वैज्ञानिक जेम्स वॉट शॉटगन के लिए सीसे की गोलियाँ बनाने का आसान तरीका खोज रहे थे। उन दिनों सीसे की गोलियाँ बनाने के लिए उस की पट्टियाँ बना कर उसे काट-काट कर गोलियों का रूप दिया जाता था। सपने में गोलियाँ बनाने की एक आसान विधि के दर्शन कर उन्होंने इस क्षेत्र में एक क्रान्ति उत्पन्न की।

अवचेतन चाहे गणित और विज्ञान की जटिल समस्याओं के हल प्रस्तुत करे, या साहित्यिक कृतियों की रूपरेखा, उस की कृति कभी धुँधली या अस्पष्ट नहीं रहती। अनगिनत काव्य-कृतियाँ, कहानियाँ, नाटक और उपन्यास, जिन का जन्म सपनों की कोख से हुआ था, इस के जीते-जागते प्रमाण हैं। कार्ल गुस्ताव जुंग ने इस सम्बन्ध में ठीक ही कहा है : “प्रत्येक श्रेष्ठ कलाकृति स्वप्न के समान ही होती है—अश्लिष्ट, प्रत्यक्ष और सुगम। स्वप्न कभी नहीं कहता : ‘ऐसा करो’, या ‘यही सच है।’ वह स्वयं अपनी व्याख्या नहीं करता। उस के सम्बन्ध में जो भी परिणाम निर्धारित करने होते हैं, हमें स्वयं ही करने पड़ते हैं। इसी लिए हर कलाकृति की व्याख्या हर कोई

अपने-अपने ढंग से करता है। पर, मैं समझता हूँ कि कलाकार के निजी स्वप्नों में से जन्मी कलाकृति का सच्चा अर्थ जानने के लिए हमें उसे उसी निगाह से देखना होगा, जिस निगाह से उसे कलाकार ने देखा था और इस लिए उस के स्वप्न को अपना बनाकर उसे उसी ढंग से अपने ऊपर छा लेने देना होगा, जिस ढंग से वह कलाकार पर छा गया था। एक असहाय व्यक्ति की भाँति उसी ढंग से उसे रूपयुक्त होने देना होगा, जिस ढंग से असहाय कलाकार ने उसे अपने सामने स्वप्न में साकार होते देखा था, और इस स्थिति में वह स्वयं इस प्रक्रिया का एक माध्यम भर बन कर रह गया था।^१ यही प्रक्रिया प्रत्येक कलाकार के भाग्य का, उसी की सृजनात्मक शक्ति का निर्णय करती है। गेटे ने Faust का निर्माण नहीं किया था, Faust ने कवि गेटे का निर्माण किया था।^२ और यही कारण है कि स्वप्न की नाई व्यक्ति-निरपेक्ष होते हुए भी प्रत्येक महान् कलाकृति हर दर्शक को गहरे ढंग से छूती और प्रभावित करती है। इसी लिए कलाकार के वैयक्तिक जीवन की विशेषताएँ, सहायक या बाधक होते हुए भी, उस की सृजनात्मक-प्रक्रिया के लिए अपरिहार्य नहीं हैं। कलाकार के वैयक्तिक जीवन के अध्ययन से कलाकार को नहीं समझा जा सकता।
 ...कला एक प्रकार की अन्तर्जात सहज प्रवृत्ति है, जो कलाकार को ठेल कर अपना माध्यम बना लेती है। कलाकार अभिलपित ध्येय की पूर्ति में व्यस्त स्वतन्त्र व्यक्ति नहीं होता; ऐसा असहाय व्यक्ति होता है जो कला के ध्येय की पूर्ति अपने माध्यम से होने देता है।^३ यह एक सच्चाई है कि जब चेतना को ग्रहण लग जाता है, जैसे स्वप्नावस्था में, नशे या पागलपन की हालत में तो प्रायः कुछ वह उभर कर ऊपर आ जाता है, जिस में मानसिक विकास के आदिकालीन स्तरों के सब लक्षण प्रकट हो जाते हैं। ऐतिहासिक, पौराणिक और धार्मिक विषयों पर आधारित कलाकृतियों के निर्माण के मूल में वे बिम्ब ही हैं, जो इन अवस्थाओं में उभर कर ऊपर आये थे। इस प्रक्रिया का सुनिश्चित और अविशक्य रूप सपने में आसानी से देखा जा सकता है।^४

अपने इस कथन के प्रमाणस्वरूप जुंग ने नीत्शे, दान्ते, वैगनर की कृतियों के अतिरिक्त राइडर हैगर्ड के विख्यात उपन्यास 'SHE' का उल्लेख किया है, जिस का जन्म और विकास स्वप्नों में हुआ था।^५

इस सन्दर्भ में विलियम ब्लेक, कॉलरिज, ईट्स, ब्यूबिन आदि की कृतियों का उल्लेख भी किया जा सकता है। जॉन पाल विशप नामक कवि ने तो कई बार कहा था कि वे अपनी कविताएँ सुबह उठते ही लिखते हैं, जब उन की स्वप्न-स्मृति ताजी रहती है। गेटे ने अपनी मृत्यु से पहले कहा था—“अधिक प्रकाश आने दो।” उन की कृतियों की कोख वह अँधेरी दुनिया ही थी, जहाँ सपने जन्म ले-ले कर मरते रहते हैं, और जिन्हे अभिव्यक्त करने का संघर्षमय प्रयत्न ही उन की काव्य कृतियों के रूप में

१. Modern Man in Search of a Soul, Ed. Warner Taylor (Harcourt, Brace & Co.)

२. Ibid.

अमर है। जैसा कि हम पीछे कह आये हैं, 'कुबला खान' नामक कविता की कल्पना कवि कॉलरिज ने स्वप्न में ही की थी। जागने पर, उन्होंने उस के पहले ५४ पद लिख डाले। वे और पद भी लिखते, पर व्याघात हो जाने के कारण ऐसा न कर पाये। और बाद में उन्हें शेष पद याद नहीं रहे। स्वप्न-विज्ञान-सम्बन्धी प्रायः सभी प्रामाणिक ग्रन्थों में इन विख्यात रचनाओं के स्वप्नों में जन्म और विकास का सविस्तार वर्णन पढ़ने को मिल सकता है। इस लिए, इन बहु-परिचित उदाहरणों को छोड़ कर, आगे कुछ ऐसे उदाहरण ही प्रस्तुत हैं, जो अपेक्षाकृत अपरिचित और अज्ञात हैं।

ऑंग्ल-कवि स्टीफेन स्पेंडर अपने काव्य-सृजन की प्रक्रिया को समझाते हुए कहते हैं : "कविता के दो अपरिवर्तनीय गुण हैं—प्रेरणा और छन्द। प्रेरणा को मैं एक ऐसा अनुभव कहना चाहूँगा, जिस में कवि को कोई पंक्ति या विचार प्राप्त हो। अमर कविता का सृजन प्रेरणा के क्षणों में ही हो सकता है। छन्द की व्याख्या जरा कठिन है। यह वह संगीत है, जो अजन्मा कविता का एक अंग बनेगा।" "अर्द्धचेतना-वस्था में, जब मैं न जागा होता हूँ, न सोया हुआ, कभी-कभी मुझे शब्द अपने मस्तिष्क में से गुजरते लगते हैं, ऐसे शब्द जिन के अर्थ नहीं होते, पर जिन में ध्वनि होती है, ऐसी सशक्त ध्वनि जो मुझे किसी भूली हुई कविता की याद दिलाती हो। कभी-कभी कविता लिखते समय भी मैं शब्दों से परे कहीं पहुँच जाता हूँ—वहाँ जहाँ मात्र अनुभूति शेष रह जाती है किसी शब्द-विहीन नृत्य की, किसी शब्द-विहीन प्रचण्ड रोप की, किसी शब्द-विहीन लय की।"^१

कविता का जन्म दिवास्वप्नों में

सृजन-भावना का यह उद्गम-स्थल क्या वही स्थल नहीं है जिस में से सपने जन्म ले कर पनपते हैं ? मानस-शास्त्री प्रोफ़ेसर ग्रेस्काट ने तो पूरी एक पुस्तक ही इस विषय पर लिखी है, कि कविता का जन्म दिवास्वप्नों में ही होता है।

घिसेलिन नामक प्रतिष्ठित कवि अपना एक अनुभव इन शब्दों में सुनाते हैं : "एक दिन एक अस्पष्ट-सा विचार मेरे मन में आया, जो अस्पष्ट होते हुए भी मुझे सुन्दर लगा, और मैं ने उसे किसी-न-किसी प्रकार कुछ शब्दों में बाँध लिया। लेकिन, शब्दों में बाँध लेने पर भी अर्थ स्पष्ट नहीं हुए थे, और मुझे लग रहा था कि वास्तविक कविता का जन्म होना शेष है। कई सप्ताह बाद, शायद एक स्वप्न के फलस्वरूप, सुबह उठते ही, मुझे प्रेरणा आयी कि मैं उस कविता को लिख डालूँ। इस बार लिखना आरम्भ किया तो शब्द इस प्रकार चले आ रहे थे, मानो उसी दृश्य का क्रमबद्ध वर्णन करने के लिए ही खास तौर पर बने हो, जो पहले प्रयत्न के समय मेरे मन में अस्पष्ट था, पर अब धूप की भाँति लिखा हुआ था। उस सुबह को कुछ ही लाइनें लिखी गयीं। मुझे ठीक याद नहीं कि कविता तब अधूरी क्यों रह गयी थी ? उस की समाप्ति

१. The Making of a Poem—by · Stephen Spender (Harold Matson, New York)

के लिए फिर मुझे स्वप्नवत् अवस्था की प्रतीक्षा करनी पड़ी, जो कहने या माँगने से नहीं आती, अपने-आप आ जाती है। यह एक विचित्र परन्तु सच्ची बात है कि स्पष्ट और व्यक्त का सृजन करने वाली कविता को अपने जन्म और विकास के लिए स्पष्ट और अव्यक्त अवचेतन पर निर्भर रहना पड़ता है।”¹

वैसे यह एक वैज्ञानिक तथ्य भी है कि हमारा चेतन मन विविध प्रवृत्तियों में पड़ कर जिस भाव को नहीं पकड़ पाता, उसे हमारा अवचेतन मन स्वस्थ-चित्त अवस्था में द्वन्द्वित प्रवृत्ति के कारण सहज ही स्थायी रूप से उपलब्ध कर लेता है। इसी लिए, देखा जाता है कि जब किसी रचना की प्रगति प्रेरणा के साथ न देने या अन्य किसी कारण से रुक जाती है, तो स्वप्नावस्था में उसे सहज प्रेरणा मिल जाती है। यह आगे दिये हुए उदाहरणों से स्पष्ट हो जायेगा।

‘कवि कविता कैसे लिख पाता है?’ और ‘कविता उसे किस स्रोत से प्राप्त होती है?’—इन दो प्रश्नों का उत्तर देते हुए कवि एलेन टेट कहते हैं: “मेरे विचार से कविता का जन्म कला-विन्यास, स्वप्न और दमित इच्छाओं के मिले-जुले प्रभाव के फल-स्वरूप होता है।”²

डौरोपी केनफोल्ड नामक लेखिका ने एक पारिवारिक कहानी लिखनी आरम्भ की, जो आरम्भ में अच्छी बन पड़ी थी। पर, एक स्थान पर आकर उन की समझ में न आया कि कहानी को कैसा मोड़ प्रदान किया जाये, ताकि वह प्रभाव उत्पन्न हो सके, जो वह चाहती थीं। बहुत सोचने पर भी यह मोड़ उन्हें नहीं सूझा। “यह सोचते-सोचते ही मैं सो गयी, और मुझे सपने में दिखाई दिया कि दो बहनों आपस में ईर्ष्या कर रही हैं। मैंने सुबह उठ कर अपनी कहानी की बहनों में ईर्ष्या दिखा कर कहानी को एक ऐसी नयी दिशा में मोड़ दिया, जिस की कल्पना मुझे जाग्रतावस्था में नहीं सूझी थी।”

स्वप्नसंचरण—सृजन की आवश्यक शर्तें

फ्रान्सीसी नाटककार ज्यॉ काक्ट्यू का कहना है कि लेखक को जो प्रेरणा मिलती है, व तन्द्रिलता के परिणामस्वरूप ही प्राप्त होती है। मेरे लिए क्रलम से स्याही पर लिखना गौण बात है, मुख्य बात है, नाटक के कथानक का स्वप्न लेना। यह सपना, बिना किसी शारीरिक या बौद्धिक प्रयत्नके अपने-आप, सहज ही आ जाता है, और तब मैं रूग्ण व्यक्ति की भाँति चुपचाप पड़ा, इस सपने को देखा करता हूँ, हर क्षण यथार्थ को आगे ढकेलता हुआ: ऐसे अवसरों पर मैं महा आलसी बन जाता हूँ, और आसपास की दुनिया से विमुख हो कर हजारहा यही चाहता रहता हूँ कि यह सपना कभी खत्म न हो, अन्तहीन बन जाये। मेरे लेखन के लिए स्वप्नसंचरण एक

१. Poetry . A Magazine of Verse, Oct. 1940.

२. Ibid.

आवश्यक शर्त है। स्वप्नाचारी हुए बिना मुझे यह सूझ ही नहीं सकता कि मैं क्या लिखूँ? इस लिए मैं सदा अपने स्मृति-भण्डार को स्वच्छ रखता हूँ, ताकि स्वप्नाचार के सब सूक्ष्म विवरण मुझे बाद में अच्छी तरह याद रहें। हाल ही में ने 'The Knights of the round table' नामक नाटक लिखा था। मैं ने क्या लिखा, सपनों में प्रकट होने वाली किसी अदृश्य शक्ति ने मुझ से लिखवाया था। एक रात मैं सचमुच बीमार था, और काफी थका हुआ भी। अगले दिन उठा तो मुझे लगा जैसे मैं किसी थियेटर की सीट पर बैठा यह नाटक देख रहा हूँ। महत्वपूर्ण बात यह है कि इस नाटक के पात्रों और परिस्थितियों से मेरा कोई पूर्व-परिचय न था, और न ही मैंने कभी इस के कथानक की पूर्व-कल्पना की थी।”¹

विख्यात लेखक रावर्ट लुई स्टीवेन्सन ने 'एक्रॉस द प्लेन्स' नामक अपनी कृति में स्वीकार किया है कि अपनी सर्वोत्तम कथाओं का आभास उन्हें सपनों में ही प्राप्त हुआ था। 'डॉक्टर जैकल एंड मिस्टर हाइड' नामक अपने अमर उपन्यास की रचना उन्होंने सपनों में प्रेरणा पा कर की थी। वे आदमी के स्वभाव की द्वैतावस्था पर किसी उपन्यास का सृजन करना चाहते थे। पर दो दिन तक सोच-विचार करने के बाद भी वे इस निश्चय पर नहीं पहुँच पाये कि इस द्वैतावस्था का चित्रण किस प्रकार किया जाये। तीसरी रात उन्होंने सपने में 'डॉक्टर जैकल एंड मिस्टर हाइड' की पूरी कहानी 'देख' ली।

'हिस्ट्री ऑफ मैन' नामक पुस्तक में उस के लेखक लार्ड केम ने लिखा है, प्रायः मैं पढ़ते-पढ़ते सो जाता हूँ। सोने से पहले मुझे यह याद नहीं रहता कि मैं ने क्या पढ़ा है। पर, सुबह जागने पर मैंने पाया है कि रात जो कुछ पढ़ा था, वह न केवल हृदयंगम हो गया है, वरन् 'किसी' ने उसे व्यवस्थित रूप भी दे दिया है।

उन्नीसवीं सदी के विख्यात पुरातत्त्ववेत्ता डॉ॰ हरमैन हिलथेस्ट को बेबीलोन के दो प्राचीन अभिलेखों को पढ़ने में बड़ी कठिनाई हो रही थी। पर, यह कठिनाई एक सपने में बड़ी आसानी से हल कर दी। सपने में उन्होंने एक असीरियन को देखा, जो बता रहा था कि अभिलेखों का पाठ कैसे करना चाहिए।

सुविख्यात कथा-लेखिका रानफेदु मारिये ने 'पीटर डब्लवतसन' नामक अपनी कहानी में एक ऐसे बन्दी युवक का वर्णन किया है, जो हर रात, सपनों में, जेल से बाहर आकर अपनी प्रेमिका से मिलता है, और वे दोनों साथ विगत जीवन को दुबारा जीते हैं। दु मारिये का कहना है कि यह कहानी निरी कपोल-कल्पना नहीं है, उन के एक स्वप्नानुभव पर आधारित है।

मार्टन प्रिन्स नामक मनोवैज्ञानिक ने एक कवयित्री के एक कविता लिखने के अनुभव का वर्णन उसी के शब्दों में इस प्रकार किया है: "सहसा रात में तीन और

१. The Process of Inspiration (Le Foyer des Artistes)

चार के बीच मेरी आँख खुल गयी। मैं पूरी तरह जागी हुई थी, और अपने आसपास की वस्तुओं को भलीभाँति देख और पहचान रही थी। लेकिन फिर कुछ समय के लिए—शायद दो या तीन मिनट के लिए ही—मैं बिल्कुल निश्चल-सी हो गयी। अब मेरे सामने एक अलौकिक दृश्य उपस्थित था। कमरे की सामने वाली दीवार गायब थी, और मैं अन्तहीन, सीमारहित क्षितिज में देख रही थी। हलका कुहरा छाया था, पर सूर्य की किरणें उसे पार कर के आ रही थी। अचानक, कुहरे के दो गुच्छे नर-नारी का आकार बनाने लगे। जब ये दोनों आकार सुस्पष्ट हो गये तो मैं ने देखा पुरुष ने साधारण किस्म के कपड़े पहने हुए हैं और स्त्री काले वस्त्रों में है। स्त्री का चेहरा झुका हुआ था और उस ने अपनी बाँह पुरुष की गरदन में डाल रखी थी। पुरुष उस की कमर में हाथ डाले उस की ओर देख कर प्यार से मुसकरा रहा था। फिर उन के सिर के ऊपर एक चमकीला तारा चमकने लगा, और पुष्प-वर्षा होने लगी। इसी समय पुरुष ने स्त्री का चुम्बन ले लिया। सारा दृश्य इतना अलौकिक, मनोरम और सुस्पष्ट था कि मैं ने तुरन्त रोशनी जला कर उसे लिखना आरम्भ कर दिया। १४-१५ पंक्तियाँ लिख कर मैं सोने चली गयी। जहाँ तक मुझे याद है कि उस दृश्य को मैं ने बड़े सीधे-सादे ढंग से लिखा था, और उस मे कोई छन्द या तुक नहीं थी। पर, सुबह उठ कर मैं ने जब अपने लिखे को पढ़ा तो यह देख कर चकित रह गयी कि सारा वर्णन कविता में था। कविता तुकान्त और छन्दमय थी। उस में कई भाव ऐसे भी आ गये थे, जिन के बारे मे मैं पूरे विश्वास के साथ याद कर के यह कह सकती हूँ कि दृश्य देखते समय या वर्णन लिखते समय मेरे मन में बिल्कुल नहीं थे।”

फ्रिंस ने कवयित्री से पूछा कि क्या उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व कोई सपना देखा था? उस ने कहा कि सपने उसे कम ही आते हैं, और उस रात को या उस से पहले तो उस ने निश्चय ही कोई सपना नहीं देखा था। लेकिन सम्मोहनावस्था में उस ने स्वीकार किया कि उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व, सचमुच इस दृश्य से मिलता-जुलता एक स्वप्न देखा था। “वह दृश्य, वास्तव में उस से पहले दिखाई दिये सपने के समान ही था, और उस की संविरचना उसी प्रक्रिया के फलस्वरूप हुई थी, जिस के फलस्वरूप सपने की चर्चा हुई थी।”^१

गुजराती के लब्धप्रतिष्ठ उपन्यासकार कन्हैयालाल मुन्शी के सृजनात्मक जीवन का मध्य-बिन्दु जानना हो तो उन का यह वक्तव्य पढ़िए : “बालपन से ही मुझे दिवा-स्वप्न देखने का मोह जाग्रत् हो गया था...अपने घर के दुर्भ्रंजिले के छज्जे मे बैठ कर सरस्वती के सपने देखा करता था। मोर छज्जे के सामने के छप्पर पर आ कर नाचते, तो मुझे लगता कि सरस्वती माँ उन के द्वारा मुझे सन्देशा पहुँचाती है...ध्रुव-प्रह्लाद, विश्वामित्र-वशिष्ठ, व्यास, परशुराम आदि की कथाएँ सुन कर, उन की सृष्टि में विहार

१. Subconscious Intelligence Underlying Dreams.

करता। उस समय उन के व्यक्तित्व की कल्पना में निहारी हुई रेखाओं को जीवन-भर साहित्य में उभारने की प्रेरणा उसी समय मिली होगी, ऐसा कहा जा सकता है... तनमन नाम की एक बाल सखी मेरे खेल की संगिनी बनी—कुछ ही दिनों के लिए। मेरे मन में तनमन की जो छवि अंकित हुई, वह अमिट हो कर रह गयी। प्रथम कैशोर्य में कल्पना के तीर सींच-सींच कर, जिन स्मृतियों को सँजोया था, उस से पहले १९१३-१४ में 'वैर का बदला' प्रकट हुआ था, तथा बाद में अन्य कई उपन्यास। जैसे माँ की खबर नहीं होती कि वह कैसे बालक को जन्म देगी, इसी प्रकार मुझे खबर नहीं होती कि मेरी कल्पना में कैसा पात्र सृजित होगा।"¹

मराठी के प्रसिद्ध आलोचक माधव आचवळ की दृष्टि में मराठी के प्रख्यात कथाकार और लेखक गंगाधर गाडगिल अपने लेखन में "मूल तत्त्व के अनिवार्य रूप को बनाये रखने के साथ, अपनी रचनाओं को सृजनात्मक कलाकार के संवेदन का ऐसा स्पर्श प्रदान करते हैं कि वे गद्यगीत, और इम्प्रेसनिस्ट लैंडस्केप (प्रकाश और छाया की चेतना से पूर्ण) लगती हैं। उन में लेखक के मस्तिष्क के सूक्ष्म परदे द्वारा बाहरी संसार का दर्शन होता है।"

गाडगिल के इस सूक्ष्म, स्वप्निल और अन्तर्मुखी दृष्टिकोण का रहस्य क्या है, यह स्वयं उन्हीं के शब्दों में सुनिए... "तारुण्य का जादू मुझ पर असर कर चुका था, और मैं स्वप्न-जगत् में विचरने लगा था। उस स्वप्न जगत् में चारों ओर कलावत्त की-सी चमक थी। कृतित्व के सभी विलास थे। सभी इच्छाओं की पूर्ति वहाँ होती थी। कल्पना के स्वच्छन्द विहार के लिए नन्दनवन मेरे सामने खुला पड़ा था, और मेरे अहं का प्रचण्ड महासन्तापी नाग उस स्वप्न-जगत् में आनन्द के नशे में अन्धा हो कर डोल रहा था। उस स्वप्न-जगत् में जीवन का आह्वान था, और मृत्यु भी थी— नसिसस की भाँति उस स्वप्न-जगत् में रम न गया होता तो हमेशा के लिए दरिद्र बन कर रह जाता, और यदि उसी में फँसा रह जाता, तो कब का मर चुका होता। उस की पकड़ से मुक्ति पाने के लिए मुझे असौम कष्ट झेलने पड़े। आज भी वह कष्ट झेल रहा हूँ। एक ओर था यह स्वप्न-जगत् और दूसरी ओर था विषमताओं से पूर्ण यथार्थ जीवन, जो कहता था, मेरा अर्थ समझ। इस अर्थ को समझने से बचना असम्भव था, कारण सारे संसार का सुख-दुःख मैं भुगत रहा था।"²

'मेरी रचना-प्रक्रिया' नामक निबन्ध में हिन्दी के मूर्धन्य कवि बच्चन कहते हैं— "मस्तिष्क की साधारण प्रक्रियाएँ भी बड़ी रहस्यमय हैं। मनोवैज्ञानिक सभी उस का क ख ग भर जान पाये हैं। सृजन की प्रक्रिया का फिर क्या कहना, जिस से अपना ही नहीं, जन-मानस, युग-मानस, परम्परागत मानस एक साथ काम करते हैं।"³...

१. सारिका

२. सारिका

३. नये पुराने भरोखे : राजपाल एण्ड संस।

अमर कला के जनक—क्षणभंगुर सपने

सपनों की अँधेरी, रहस्यमयी पर फलवती दुनिया से साहित्यिकों का ही परिचय हो, ऐसा नहीं है। अनेक भविष्यवक्ता, नेता और संगीतकार और चित्रकार आदि भी अपनी 'प्रेरणाओं' के लिए रात में आने वाले सपनों या दिवास्वप्नों के नृत्तणी हैं।

विश्वविख्यात संगीतकार मोजार्ट को उन की एक संगीत-धुन, जो आज भी अपनी सुललित गेयता के लिए प्रसिद्ध है, एक बगधी में उस समय सूझी थी, जब वे यात्रा करते-करते झपकियाँ लेने लगे थे। इस अनुभव का विशद वर्णन उन्होंने अपने एक पत्र में किया था, जो काफ़ी प्रसिद्ध हुआ।^१ मेस्मरेजिम के आविष्कारक मेसमर के घनिष्ठ मित्र होने के कारण वे यह भलीभाँति जानते थे कि "जब-तक कलाकार अवचेतन-जगत् के स्वप्न-गगन में स्वच्छन्द विहारी पक्षी की भाँति नहीं उड़ता, तबतक वह किसी नये सृजन का माध्यम नहीं बन सकता।"

प्रसिद्ध वायलिन-वादक तारातिनी का दावा था कि 'द डेवल्स सॉनेट' नामक नामी धुन उन्हें पूरी की पूरी सपने में सुनाई दी थी।

एक अन्य महान् संगीतकार चौपीन, जो अपनी मर्मस्पर्शी संगीत-सृष्टि के लिए प्रख्यात है, के संगीत-सृजन का आधार सपनों में प्राप्त प्रेरणा में उन की निष्ठा थी। 'अमरता का जन्म क्षणभंगुर सपनों में ही होता है,' वे कहा करते थे।^२

नृत्य-विशारदा मेरी बिगमैन ने, जिन की कई नृत्य-शैलियाँ अपनी अछूती महानता के कारण सदाजीवी हैं, अपने एक नृत्य 'पास्तोरेल्ल' की कल्पना की कहानी इस प्रकार कही है : "एक दिन मैं स्टूडियो आयी, तो काफ़ी थकी-माँदी थी। आते ही आराम करने बैठ गयी। धीरे-धीरे, मेरे मन पर किसी अज्ञात पर गहरे साक्षात्कार की तन्मयता की छाप पड़ने लगी, और मैं बिलकुल खो-सी गयी। जब जागी, तो अपने को पूरी तरह से शिथिल पाया। सहसा, न जाने मुझे क्या सूझा, मन्द-मन्द गति से एक अनजान नृत्य करने लगी। सहायको से कहा : "मालूम नहीं, मैं क्या कर रही हूँ, पर चाहती हूँ कि इस के साथ कोई नरकुल के डण्डलों से बना कोई वाद्य-नृत्य बजाता रहे।" "इस यन्त्र की शरमय ध्वनि ने मिल कर इस नये नृत्य को जन्म दिया। पर, उस का जन्म तो पहले कहीं—मेरे अन्दर ही मेरे सपनों में—हो चुका था।"^३

चित्रकला की नयी शैली—'कोलाज़' में असम्बद्ध और अपूर्ण वस्तुओं का उपयोग किया जाता है, जो कलाकार के चेतन और अचेतन मन के बीच चलती रहने वाली आँखमिचीनी की अतर्क्य स्थितियों को ही अभिव्यक्त करती है।

१. The Life of Mozart—by . Edward Holmes (E. P. Dutton & Co.)

२. Musical Mind—by : Harold Shapiro (League of Composers Inc.)

३. Modern Music Jan.-Feb. 1946

कला में 'अतिथार्थवाद' नामक आन्दोलन के प्रवर्तकों में से एक, सत्वादोर दाली की विसंगत और अननुरूप कलाकृतियाँ, स्वयं उन्हीं की स्वीकारोक्ति के अनुसार उन के 'विभिन्न सपनों की प्रतिलिपियाँ और प्रतिच्छायाएँ ही हैं।' अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति-प्राप्त भारतीय कलाकार और कथा-लेखक बदरीनारायण का भी कहना है कि अपने सृजनात्मक क्षणों में कलाकार अपने निजी स्वप्नों को ही स्वीकारता और मूर्त रूप देता है।

निजी सपने ही हैनरी मूर, पिकासो, बॉन गॉग आदि मूर्धन्य कलाकारों के सफल कला-सृजन का मूल स्रोत भी थे। 'दिवास्वप्नों में पली उन की जादुई कल्पना-शक्ति ही, जो उन्हें इष्ट था, उस का निर्माण करती थी।' यह कथन है पिकासो के एक अन्तरंग मित्र का।^१

विख्यात अमरीकी चित्रकार एन्ड्र्यू वेथ की मान्यता है कि उन की अधिकांश कलाकृतियों के मूल में स्वप्न ही हैं, मेरे विगत जीवन के अनुभवों पर आधारित स्वप्न।

१. Conversations with Picasso,—Cahier's D'art, 1935.

स्वप्नविज्ञान : प्रगति का मूल्यांकन

पिछले ३०-३५ वर्षों से नींद ने विश्व के अनेक वैज्ञानिकों की नींद हराम कर रखी है। नींद और सपनों की इस दुनिया को वे जितना ज्यादा जानते जाते हैं, उतनी ही वह अधिक रहस्यमयी बनती जाती है।

जागना सोने से ज्यादा जटिल प्रक्रिया

हमारे जीवन का कम से कम तिहाई भाग नींद में ही बीतता है। पर, नींद क्या है, क्यों आती है और हमें सचमुच कितनी नींद की जरूरत है, इन प्रश्नों के सही और प्रामाणिक वैज्ञानिक उत्तर दे सकना फिलहाल नामुमकिन है, क्योंकि इस सम्बन्ध में वैज्ञानिकों के प्रयोगों के सुनिश्चित और सम्पूर्ण परिणाम अभी तक सामने नहीं आ सके हैं। साधारण व्यक्ति तो यही जानता है जब वह जागता नहीं होता, तब सो जाता है। यही नींद है। और, इसी नींद में उसे सपने आते हैं। लेकिन बात इतनी आसान नहीं है। एक निद्रा-विशेषज्ञ वैज्ञानिक का कहना है—“जागना सोने से ज्यादा जटिल प्रक्रिया है। नींद कोई आश्चर्य नहीं है, आश्चर्य यह है कि हम जागते भी हैं।” एक दूसरे निद्रा-विशेषज्ञ का कहना है—“पहले समझा जाता था कि मस्तिष्क में एक निद्रा-केन्द्र होता है, पर अब मार्गो, मोरुज्जी आदि वैज्ञानिकों ने यह प्रमाणित कर दिया है कि वहाँ सिर्फ एक जागरण-केन्द्र ही होता है, जो हमें जागृत रखता है, और इस की सक्रियता समाप्त होते ही, और जागने के लिए आवश्यक उत्प्रेरक तत्वों के अभाव में हम सो जाते हैं।”

उदाहरणार्थ, शोर न हो और जगह आरामदेह हो, तो भले ही आदमी वहाँ जा कर गहरी नींद में न सोये, हलकी सी झपकी तो ले ही लेता है। नींद ऐसी चीज है, जो कही भी, किसी भी समय आ सकती है।

नींद की एक सरल, वैज्ञानिक व्याख्या इस रूप में की जा सकती है : जब हमारी आँखें बन्द हो जायें, रक्तचाप कम हो जाये, हथेलियाँ और शरीर के अन्य नाजुक भाग कुछ नम हो चले, मस्तिष्क यथार्थ एवं कल्पना के बीच विचरण करने लगे (जिसे 'हिप्नागोगिक' अवस्था कहा जाता है) तो इन सब के संयोग से उत्पन्न स्थिति को नींद कहा जाता है।

जब हम सोते हैं, तब क्या होता है ? हमारे शरीर पर उस की प्रतिक्रिया यह होती है कि दिल की धड़कनें ७५ प्रति मिनट से कम हो कर ६० प्रति मिनट हो जाती हैं। एक मिनट में १६ बार साँस न ले कर हम १२ बार ही साँस लेते हैं। शरीर के तापमान, रक्तचाप और आमारिक कायाग्नि में थोड़ी-सी कमी हो जाती है। पर त्वचा का तापमान बढ़ जाता है—और न मालूम क्यों प्रस्वेद ग्रन्थियाँ भी अधिक सक्रिय हो जाती हैं। पहले वैज्ञानिकों का विश्वास था कि निद्रावस्था में मस्तिष्क की ओर जाने वाला रक्त-प्रवाह कम हो जाता है, पर अब प्रयोगों के आधार पर वे कहते हैं कि यह रक्त-प्रवाह क्रमशः बढ़ता रहता है। नवीनतम वैज्ञानिक प्रयोगों के अनुसार नींद की चार उल्लेखनीय अवस्थाएँ होती हैं। इन अवस्थाओं में मस्तिष्क की तरंगों का प्रतिमान बदलता रहता है। पहली अवस्था में, जब व्यक्ति जाग्रत होता है, कुछ मिनट ही लगते हैं। इस अवस्था में मस्तिष्क से आने वाली विद्युत्-तरंगें कम वाल्टेज की और अनियमित होती हैं। दूसरी अवस्था में इन तरंगों की गति बढ़ जाती है और पुतलियाँ हल्के-हल्के घूमने लगती हैं। तीसरी अवस्था में यह गति पहली अवस्था की गति से पाँच गुना अधिक हो जाती है। चौथी अवस्था में व्यक्ति गहरी नींद सो जाता है, और उसे आसपास के शोरगुल का कोई भान नहीं होता।

रूस के विख्यात निद्रा-शास्त्री पावलोव ने नींद पर जो प्रयोग किये थे, वे अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माने जाते हैं। १९१० में उन्होंने निद्रा के वैदिक स्वरूप की जो व्याख्या की थी, वह इस प्रकार है : (१) नींद मस्तिष्क के कोशों का वह ढीला अटकाव है, जो मस्तिष्क के उच्चतम भागों में फैल जाता है। (२) नींद मस्तिष्क की सक्रियता का एक अनिवार्य अंग है, जो उसे शक्तिक्षय के रोगों से बचाये रहता है, और आरोग्य प्रदान करता है। पावलोव की इस व्याख्या ने अन्य वैज्ञानिकों को नींद की लाक्षणिक विशिष्टताओं तथा नींद के कारणों को समझने में काफी सहायता की। मानव शरीर के अध्ययन का क्षेत्र विस्तृत हुआ, और नयी-नयी दवाओं के आविष्कार हुए।

अमेरिका के डॉक्टर क्लीटमैन और डॉ० डीमेन्ट ने भी अनेकानेक प्रयोगों द्वारा नींद के रहस्यों का उद्घाटन करने की कोशिश की है। प्राग के डॉक्टर एडवर्ड कुहन ने भी डॉ० क्लीटमैन के समान यह जानने का प्रयत्न किया है कि अनिद्रा की शरीर पर क्या प्रतिक्रिया होता है ? क्लीटमैन ने यह सिद्ध कर दिया है कि "रात्रि के उत्तरार्द्ध की नींद पूर्वार्ध की नींद से किसी भी प्रकार कम महत्त्व नहीं रखती।" उन का कहना है : "नींद की अवस्था ऐसी नहीं होती कि हम रात को नौ-दस बजे सो कर सुबह ही जगें। हमें, निद्रावस्था में कई बार जागरण से गहरी नींद के बीच की स्थितियों में हो कर गुजरना पड़ता है। यह धारणा गलत है कि मध्यरात्रि के पूर्व बड़ी गहरी नींद आती है।"

१. Sleep, Hypnosis, Dreams—by . L. Rokhlin (Foreign Languages Pub. House, Moscow).

वास्तविकता यह है कि हम जब भी सोयेंगे, गहरी नींद रात के पहले भाग में कुल मिला कर दो घंटे या उस से अधिक समय तक भी आ सकती है।^१

डॉ० डीमेन्ट ने एक विशेष निद्रा-यन्त्र का आविष्कार किया है, जिस की विद्युत्तरंगों पशु या आदमी को मूर्च्छावस्था में ले आती है। इसी यन्त्र के जरिये उसे आसानी से उठाया भी जा सकता है। इस यन्त्र के एलेक्ट्रोडों की मदद से जो हल्की बिजली गुजारी जाती है उस का अनुभव प्रायः नहीं होता।

हम क्यों सोते हैं ?

निद्रा-सम्बन्धी अनेक सिद्धान्तों के बावजूद यह बात अभी तक वैज्ञानिकों को मालूम नहीं है कि आदमी क्यों सो जाता है ? नींद का कारण शारीरिक है या मनोवैज्ञानिक, यह प्रश्न अभी तक अनुत्तरित है। मगर, यह जानने में वैज्ञानिक अवश्य सफल हो गये हैं कि नींद की दो क्रिस्में हैं—शान्त निद्रा और क्रियाशील निद्रा। नींद की इन दोनों क्रिस्मों में समानता सिर्फ यही है कि दोनों ही उत्तेजना के रूप हैं, नहीं तो जैसा कि वैज्ञानिक प्रयोगों से पता चला है उन में बहुत अधिक अन्तर है। चिकित्सकों के अनुसार दुनिया में आठ में एक व्यक्ति अपने जीवनकाल में किसी न किसी मानसिक रोग से अवश्य पीड़ित होता है। इन मानसिक रोगों से पहले नींद में गड़बड़ी भी अवश्य उत्पन्न होती है। इसी लिए पश्चिम में दवा के दस प्रतिशत नुस्खे निद्रा लाने वाली गोलियों और दवाओं के ही होते हैं।

नींद का प्रायः तीन-चौथाई भाग 'शान्त निद्रा' के रूप में ही व्यतीत होता है, और उस अवस्था में दिमाग की लहरों की गति अपेक्षाकृत धीमी होती है। 'क्रियाशील निद्रा', जिसे वैज्ञानिक भाषा में रेपिड आई मूवमेन्ट या रैम कहा जाता है, में ही सपने दिखाई पड़ते हैं, और जैसा कि इस के नाम से प्रकट है, इस निद्रावस्था में आँखों की गतिविधि बड़ी तेजी से होती है। अधिकतर वैज्ञानिक नींद के इस रहस्यमय स्वरूप के अध्ययन में ही लगे हैं। स्वप्न अनुसन्धान में पश्चिम में एक महान् उद्योग का रूप ले लिया है। अकेले अमेरिका में ही एक दर्जन से अधिक स्वप्न-प्रयोगशालाएँ हैं। ब्रिटेन, फ्रांस, रूस तथा अन्य देशों में भी ऐसी अनेक प्रयोगशालाएँ हैं। अमेरिकी प्रयोगशालाओं में ४००० व्यक्तियों ने १२,००० से अधिक रातें इस अनुसन्धान में बितायी हैं।

'एलेक्ट्रॉन एसेफेलोग्राफ' (ई० ई० जी०) नामक एक अन्य यन्त्र की मदद से (जो दिमाग की लहरों को दर्ज करने के अलावा सपने भी दर्ज करता है) डॉक्टर डीमेन्ट और उन के सहयोगी इतना जानने में सफल हो गये हैं कि 'क्रियाशील नींद' की स्थिति में आदमी काफी बेचैन और परेशान रहता है, और उस के मस्तिष्क में विभिन्न स्वप्न तथा तरंगों सिनेमा के परदे पर फिल्म के दृश्यों की भाँति नाचते रहते हैं। इस अवस्था में उस की स्वेद-ग्रन्थियाँ अधिक सक्रिय हो जाती हैं और यदि

१. Sleep—by Dr. Kleitman, et al.

रक्तचाप काफी अधिक बढ़ जाये तो आदमी को कभो-कभो सोते-सोते ही दिल का दौरा पड़ जाता है और वह सदा के लिए सो जाता है ।

जब १४ साल पहले वैज्ञानिकों ने 'रैम निद्रा' का आविष्कार किया था, तब वे ऐसा मानते थे कि इस प्रकार की नींद का मुख्य कार्य स्वप्न लेना ही है । पर, नवीनतम प्रयोगों से प्रमाणित हो गया है कि स्वप्न लेना 'रैम निद्रा' का एक गौण कार्य ही है । नवजात शिशु, जिस की निद्रावस्था का आधे से ले कर तीन चौथाई के करीब समय रैम निद्रा में ही व्यतीत होता है (और जो इसी प्रकार की नींद में चुस्कियाँ लेता है, इधर-उधर लोटता या छटपटाता है, और मुँह बनाता है) उस के लिए रैम निद्रा स्नायुजाल के विकास के लिए आवश्यक उत्तेजना प्रदान करती है । अजन्मा शिशु चौबीस घंटे रैम निद्रा की स्थिति में रहता है । बिल्ली पर, जो अपनी गहरी नींद के लिए मशहूर है, अनेकानेक प्रयोग कर के डॉ० डोमेन्ट इस निष्कर्ष पर पहुँचे हैं कि रैम निद्रा में एक रहस्यमय चेष्टावहा नाड़ी सक्रिय हो जाती है, जो मांसपेशियों को शिथिल बना देती है ।

एक बार उन्होंने कई बिल्लियों को 'रैम निद्रा' से लगातार ७० दिनों तक वंचित रखा । परिणामस्वरूप, उन में से कुछ बेहद अशान्त और उग्र बन गयी, और कुछ बेहद आलसी । वयस्क पुरुषों पर किये गये प्रयोगों से उन के शराब पीने की आदत नासूर आदि के इलाज के आशादायक सूत्र मिले ।

जब एक व्यक्ति को लगातार १६ रातों तक रैम निद्रा से वंचित रखा गया, तब वह अत्यन्त क्रोधी, चिड़चिड़ा और लगभग पागल हो गया । डॉ० डोमेन्ट का कहना है कि मानसिक रोगियों को रैम निद्रा से वंचित रखने के परिणाम भयंकर हो सकते हैं । उन के प्रयोगों का एक आश्चर्यजनक परिणाम यह भी निकला है कि मानसिक रोगों पर विद्युत्-तरंगों का प्रयोग उन की रैम निद्रा की मात्रा को काफी कम कर सकता है । रैम निद्रा के प्रभावों और बिजली के इलाज के अद्भुत साम्य को जानने के प्रयोग चल रहे हैं ।

इन प्रयोगों से यह भी मालूम हुआ कि आदमी के मस्तिष्क के अन्दर कोई न कोई ऐसी अज्ञात व्यवस्था अवश्य मौजूद है, जो रैम निद्रा के अच्छे और बुरे नतीजों को दर्ज करती रहती है । जब किसी कारणवश, किसी व्यक्ति को पूरी मात्रा में रैम निद्रा नहीं मिल पाती, तो यह व्यवस्था पूरा जोर लगा कर, इन दोनों नतीजों के अन्तर को कम करने का प्रयत्न करती है । ऐसा कैसे और क्यों होता है, यह डॉ० डोमेन्ट के शब्दों में 'इस दशाब्दी को सब से अधिक हृदयग्राही जैविकीय पहली है ।'

हाल के वैज्ञानिक प्रयोगों से यह भी सिद्ध हो गया है कि शराबी के दृष्टिभ्रम असल में उस के स्वप्नों के परिवर्द्धन ही हैं । हालाँकि ऐसे दृष्टिभ्रमों के दौरान, शराबी की आँखें खुली रहती हैं तथापि उन के सब हाव-भाव दुस्स्वप्न देखने वाले व्यक्तियों जैसे ही होते हैं । अत्यधिक मदिरापान करने वाला, जैसे ही मदिरापान कम करता है, उस की रैम निद्रा दृष्टिभ्रम रूपी दुःस्वप्नों में फूट पड़ती है ।

‘रैम’ निद्रा का प्रभाव मस्तिष्क के अलावा शरीर के अन्य भागों पर भी होता है। हृदय-रोग से पीड़ित १० रोगियों पर किये गये प्रयोगों से पता चला है कि उत्तेजक और आवेगपूर्ण सपनों का ऐसे रोगियों पर वही प्रभाव होता है जैसा भावोत्तेजक वास्तविक घटनाओं का। प्रयोगों से नींद के बारे में प्रचलित अनेक बातें भी गलत सिद्ध हुईं। सोने से पहले कॉफी या किसी गरम पेय का सेवन करने, अधिक खाने, शराब पीने या धूम्रपान करने का नींद से कोई सम्बन्ध नहीं है। स्वाभाविक नींद आयी हो तो आदमी कहीं भी सो सकता है। शारीरिक श्रम करने वाले लोग जल्दी और देर तक सोते हैं। वैसे बुद्धिजीवी लोग साधारणतया युवावस्था में मामूली लोगों से ज्यादा और वृद्धावस्था में कम सोते हैं। महिलाएँ पुरुषों को अपेक्षा अधिक सोती हैं। सामान्यतया ६ से ८ घंटे तक नींद स्वास्थ्य के लिए उचित है, पर कुछ व्यक्ति इस से कम या ज्यादा सो कर स्वस्थ रह सकते हैं। नींद न आने का डर तथा मन को घेरे रखने वाली चिन्नाएँ, नींद न आने के सब से बड़े कारण हैं। आज के युग में नींद न आना एक अभिधा और रोग बन कर रह गया है। जिस से मनुष्य नींद की गोलियों आदि की मदद से, जितना ही मुक्त होने का प्रयत्न करता है, उतना ही अपना तनाव और शरीर की बेचैनी को बढ़ाता जाता है। वह नींद की गोलियों की मदद लेता है, जो उसे कुछ समय तक बेहोशी के आलम में अवश्य रख सकती है, पर जिन की आदत जानलेवा बन सकती है, और जो किसी भी हालत में स्वाभाविक निद्रा का स्थान नहीं ले सकती, उस स्वाभाविक निद्रा का, जो मौक़ा मिलते ही अपनी कमी को पूरा करने की कोशिश करती है।

१९३८ में डॉ० क्लोटमैन ने एक विभिन्न प्रयोग किया। उन्होंने अपने कुछ तरुण विद्यार्थियों को एक ऐसी गुफा में कई दिनों तक रखा, जिस में न रोशनी जाती थी, न शोरगुल और जिस के बाहरी तापमान में भी कोई परिवर्तन नहीं होता था। वहाँ सब १९ घंटा जागते थे और ९ घंटा सोते थे। विद्यार्थियों की शारीरिक क्रिया २४ घंटे के ही नियम में होती रही। लेकिन वृद्ध क्लोटमैन अपने को विद्यार्थियों के अनुरूप नहीं बना सके। इस प्रयोग से वैज्ञानिकों को यह नयी बात मालूम हुई कि नींद को कोई नयी प्रणाली अपनाने में आयु और आदत बाधक बन जाते हैं। परन्तु निद्रा की प्रणाली को साधारण तापमान और बाह्य परिस्थितियों में परिवर्तन कर के बदला जा सकता है।

अनिद्रा-रोग के रोगियों के लाभार्थ किये गये एक अन्य प्रयोग में एक वैज्ञानिक ने यह सिद्ध कर दिखाया कि २४ घंटे के स्थान पर ४८ घंटे के दिन में भी लोग सहज ढंग से रह सकते हैं, और खासतौर पर अनिद्रा रोग के रोगी। अधिक समय तक लगातार जागते रहने से भी सजगता और कार्यपटुता बढ़ जाती है। शरीर की स्नायुएँ और मांसल भाग इतनी अधिक व्यस्तता के बाद तीव्रता से आराम खोजते हैं, जिस से नींद अच्छी और गहरी आती है।

अनिद्रा-रोग को दूर करने का एक तरीका यह भी है कि कृत्रिम रूप से सोने की पद्धति को बदल दिया जाये। अन्तरिक्ष-यात्रियों को सप्ताह में केवल एक बार ही लम्बे समय तक सोने का मौका मिल सके, कार्यरत सैनिक भी अधिक समय तक जाग कर अपनी नींद एक ही बार, काफी देर तक सो कर पूरा कर लें और इस पर भी उन के स्वास्थ्य और उनकी कार्यक्षमता में कोई फर्क न पड़े, इस के लिए प्रयोग किये जा रहे हैं।

कृत्रिम निद्रावस्था

इतना ही नहीं ऐसी दीर्घ निद्रा की प्राप्ति के प्रयोग भी चल रहे हैं, जो घंटों तक नहीं वर्षों तक चलेगी। आज यह तो स्वीकार किया जा चुका है कि मानव में हृत्पतों और सालों तक चलने वाली निद्रावस्था पूर्णतया सम्भव है। कुछ वैज्ञानिक यहाँ तक कहने लगे हैं कि मानव में लगातार बीस वर्षों तक चलने वाली कृत्रिम निद्रावस्था की उपलब्धि भी आने वाले पन्द्रह बीस वर्षों में की जा सकती है, वशर्ते प्रयोग अबाध रूप से होते रहें। डीमिथाहल सल्फो-ऑक्साइड रसायन के जरिये यह कृत्रिम निद्रावस्था प्राप्त की जा सकती है। इस अवस्था में शरीर का तापक्रम बर्फ के जमने के तापबिन्दु से भी नीचे रहेगा और उसे सामान्य तापक्रम पर लाने के लिए सोये हुए व्यक्ति को बीच-बीच में उठाने की जरूरत पड़ेगी।

इस सम्भावना के बाद असाध्य रोगों से पीड़ित रोगियों की चिकित्सा ज्यादा अच्छे तरीके से हो सकेगी और रोगग्रस्त अंगों को आसानी से निकाल कर, उन के स्थान पर स्वस्थ अंगों को जोड़ा जा सकेगा। रक्तवाहिनियों का सम्बन्ध यान्त्रिक हृदय से कर के मृतप्राय रोगी को काफी समय तक जीवित रखा जा सकेगा।

अनिद्रा रोग कभी-कभी भयंकर रूप धारण कर लेता है, और तब रोगी आत्महत्या तक कर बैठता है। ऐसे उदाहरण अकसर पढ़ने को मिलते हैं। इस में आश्चर्य की कोई बात नहीं है, कारण लम्बे काल तक चरने वाली अनिद्रा निश्चय ही आदमी के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को हानि पहुँचाती है। चेकोस्लोवाकिया में हुए एक वैज्ञानिक प्रयोग ने यह बात अन्तिम रूप से सिद्ध कर दी।

इस प्रयोग में ४ युवकों और २ युवतियों को लगातार ५ दिनों तक सोने नहीं दिया गया। टेलीविजन के माध्यम से सारे चेकोस्लोवाकिया ने इन छहों को जागते तथा अनिद्रा की उन पर प्रतिक्रिया होते देखी। पहली रात ये छहों बड़े आराम से जागते रहे। पर, दूसरी रात उन की सोचने की शक्ति कमजोर पड़ने लगी। तीसरे दिन की सुबह को सोने की उन की इच्छा अदम्य थी। आँखें सूख कर जलने लगी थी, और उन्हें एक के दो दिखाई दे रहे थे। नींद की बलवती आकांक्षा को दबाने के लिए उन्हें घूमने और नृत्य करने की सलाह दी गयी। पर क्रमशः उन के लिए घूमना या नृत्य करना भी असम्भव हो गया। वे न तो कोई वस्तु अपने हाथों में देर तक संभाल

सकते थे, और न किसी कार्य या वस्तु पर कुछ सेकंडों से अधिक समय के लिए अपना ध्यान केन्द्रित कर सकते थे। एक दिलचस्प बात यह थी कि युवतियों पर अनिद्रा का प्रभाव इतना तीव्र नहीं हुआ था, और वे युवकों की अपेक्षा अधिक चुस्त और स्वस्थ थीं। वे स्वस्थचित्त व्यक्तियों की भाँति हँस-खेल सकती थीं। चौथे और पाँचवें दिन युवकों में अधीरता, अनिश्चय के लक्षण अधिक प्रबल रूप में दिखाई पड़े। भोजन के प्रति रुचि कम हो गयी।

डॉक्टर कुहन का कहना है कि स्वस्थ व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को बिना कोई गम्भीर हानि पहुँचाये १२५ घंटों तक जाग सकता है और इतनी अवधि तक न सोने का दुष्प्रभाव लगातार १० से १८ घंटों तक बराबर सोने पर चला जाता है। पर, यदि

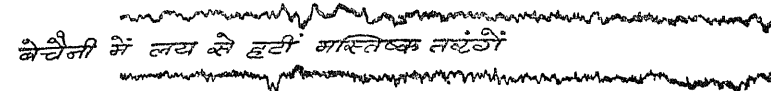
क्रियाशील नींद (रैम)

दाईं आरव



बाईं आरव

कम और तेज अस्तित्वक तरंगें



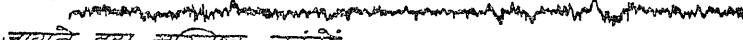
बेचैनी में लय से हटी अस्तित्वक तरंगें

अंधना

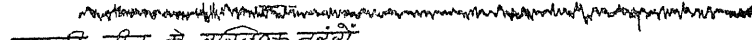
दाईं आरव



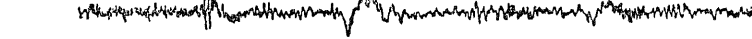
बाईं आरव



जागते हुए अस्तित्वक तरंगें



गहरी नींद में अस्तित्वक तरंगें



इस से अधिक समय तक जागा जाये तो या रोज रात्रि-जागरण किया जाये, (जैसा कि रात में जागने वाले चौकीदार आदि को करना पडता है) तो शरीर के अंगों की क्रिया की लय बुरी तरह भंग हो जाती है, और यह आदत भाँति-भाँति के शारीरिक और मानसिक रोगों को जन्म देती है। आजकल अनिद्रा रोग के तेजी से फैलने के कारणों में एक कारण है—रात भर चलने वाले कार्यों और धन्धों में वृद्धि।

उन लोगों की बात पर एकदम यकीन न कर लीजिए जो या तो यह कहते रहे हैं कि उन्हें रात भर नींद नहीं आयी या यह कि वे रात को एक क्षण के लिए भी नहीं जागे। ऐसी मिसालें मौजूद हैं जब वैज्ञानिकों ने रात भर न सोने वालों को रात भर

खुरांटे भरते पाया और एक क्षण के लिए भी न जागने वालो को बड़ी बेचैनी से रातें गुजारते पाया। इस बारे में आदमी का कथन इतना विश्वसनीय नहीं जितना निद्रा-यन्त्रों द्वारा दिये गये निर्णय। हम सब अपनी जाग्रतावस्था का कुछ न कुछ भाग खुली आंखों की नींद (मायकोस्लीप) में बिताते हैं, जब मस्तिष्क अपनी थकावट दूर कर तरौताजा होता है।

वैसे, दुनिया में एक ऐसा आदमी भी है, जो न कभी सोता है, न कभी सपने देखता है। यह व्यक्ति है—स्पेन का ६५ वर्षीय वेलंटोन मेडिना पोव्स। उस के परिवार के सदस्यों, पड़ोसियों और डॉक्टरों का कहना है कि उन्होंने उसे कभी सोते नहीं देखा। वह बचपन से आज तक नहीं सोया है। युवावस्था में जब वह सेना में था, तब वह दिन भर काम करने के बाद, रात को सन्तरी बन कर पहरा भी देता था। उसे मुलाने के लिए उस के साथियों ने कई बार शराब और नींद की गोलियाँ दी पर उस पर उन का कभी कोई प्रभाव नहीं हुआ। वह हमेशा से सरल और चिन्तारहित जीवन जीता आया है। चूँकि उस का जीवन समस्यामुक्त है, इस लिए उसे कभी सपनों की जरूरत नहीं पड़ती।

वैज्ञानिकों ने इस बारे में भी खोज की है कि हमें कितनी नींद की जरूरत है। ४० वर्षों से नींद का अध्ययन करते आ रहे डॉक्टर वलीटमैन का कहना है—“जिस तरह प्रत्येक व्यक्ति की भूख निश्चित तथा अन्य व्यक्तियों से अलग होती है, उसी प्रकार उस की नींद की मात्रा भी निश्चित और अन्य व्यक्तियों से अलग होती है। इस बारे में कोई नियम निर्धारित नहीं किया जा सकता। जितनी नींद के बाद व्यक्ति अपने-आप को स्वस्थ और अगले दिन के काम के लिए चुस्त और तत्पर पाये वहीं उस के लिए आदर्श नींद है।”

एक चिकित्सक डॉ० टिल्टर ने सच ही कहा है—“आदमी के ऊपर कार्य का बोझ जितना ज्यादा बढ़ता जाता है, उस की नींद की जरूरत भी उतनी ही ज्यादा बढ़ती जाती है। आदमी जितना ही अधिक व्यस्त हो, उसे उतना ही अधिक सोना चाहिए। दुर्भाग्य से आज इस का ठीक उलटा देखने में आता है। परिणामस्वरूप, सतत तनाव के कारण जन्मी घातक बीमारियाँ बढ़ती जाती हैं।” ‘तनाव सिद्धान्त’ के जन्म-दाता डॉ० सेल्ये भी इसी बात का अनुमोदन करते हुए कहते हैं—“नींद की कमी खुद एक तनाव है और सरदर्द, कमजोरी, जोड़ों में दर्द, चिड़चिड़ापन आदि प्रारम्भिक रोगों से ले कर अन्त में आकस्मिक मृत्यु का कारण भी बन सकती है। वृद्धावस्था के कई अस्पष्ट रोगों की जड़ में नींद की कमी या अनिद्रा रोग ही है। यह धारणा गलत है कि वृद्ध व्यक्तियों को ज्यादा नींद की जरूरत नहीं पड़ती। उलटे उन्हें आठ घंटे से अधिक सोना चाहिए। इस के अतिरिक्त यदि वे शाम को भी एक घंटा सो सकें तो और भी अच्छा, तथा इस से उन्हें रात को भी ज्यादा गहरी नींद आयेगी।”

निद्रा-चिकित्सा-पद्धति

डॉ० एडवर्ड हारपर ने अपनी विशेष निद्रा-चिकित्सा-पद्धति से दमा, त्वचा-रोगों, जठररोग आदि रोगों से पीड़ित रोगियों को ठीक किया है। वे अपने रोगियों को १० से १४ दिनों तक सोने देते हैं और सुबह-शाम को कुछ देर के लिए ही उठाते हैं। इस चिकित्सा-पद्धति का सहारा मानसिक रोगों का इलाज करने वाले मानस-रोग-विशेषज्ञ भी लेते हैं।

क्या हम सब रोज उतनी नींद ले लेते हैं, जितनी हमें लेनी चाहिए? डॉक्टरों का कहना है कि दुनिया के आधे से अधिक व्यक्ति सुबह को तरोताजा नहीं उठते, जिस के सीधे अर्थ यह है कि वे पूरी नींद नहीं लेते। बहुत कम व्यक्ति नियम और निष्ठा के साथ पूरी नींद लेते हैं। जिस प्रकार हम भोजन की दिनचर्या और मात्रा का पालन नहीं करते, उसी प्रकार नींद की दिनचर्या और मात्रा का भी नहीं करते। और, इस का कुपरिणाम हमें आगे चल कर गम्भीर शारीरिक और मानसिक रोगों के रूप में भुगतना पड़ता है।

हमारे पुरखे रात को नौ बजे सो जाते थे, और सुबह को चार बजे उठ जाते थे। वे रात्रि के भोजन के दो घण्टे बाद सोते थे, और सोने से पहले कोई खाद्य या पेय पदार्थ नहीं लेते थे, और ना हा किसी उत्तेजक वादविवाद में भाग लेते थे। फलस्वरूप, वे हम से कहीं अधिक स्वस्थ और दीर्घजीवी होते थे।

यदि आप चाहते हैं कि आप की दृष्टि और स्मृति तेज हो, त्वचा उज्ज्वल और दमकती हुई हो, हाजमा ठीक हो, वजन और शक्ति आप की आयु के अनुरूप हो, तो सदा एक रवर्ण-नियम का पालन कीजिए। दिन भर डट कर मेहनत कीजिए और शाम को सात बजे खाना खा कर तथा थोड़ा टहल कर ठीक नौ बजे सो जाइए और फिर सुबह चार बजे उठ जाइए।

चौबीस घंटे में सात-आठ घंटे की नींद एक आवश्यकता है, सुख-साधन नहीं, जैसा कि आमतौर पर समझा जाता है। अपने शारीरिक और मानसिक सन्तुलन तथा सामंजस्य को बनाये रखने के लिए हमें नींद के एक घंटे की भी उपेक्षा हरगिज नहीं करनी चाहिए, अन्यथा हमें इस की भारी कीमत चुकानी पड़ सकती है।

सपने— मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य

इसी प्रकार सपने भी मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं। फ्रायड के अनुसार : यदि किसी व्यक्ति को, किसी तरीके से सपने देखने से वंचित कर दिया जाये, तो वह जल्दी ही पागल हो जायेगा। कारण ऐसी अवस्था में उस के मस्तिष्क में अधूरे विचारों और अस्पष्ट प्रभावों का ढेर का ढेर जमा होता जायेगा जो परिपक्व और सम्पूर्ण विचारों को भी स्मृति-भण्डार में नहीं जाने देगा। सपने दिन-रात सक्रिय रहने

स्वप्नलोक

वाले मस्तिष्क के लिए 'सेपटी-वाल्ब' का काम करते हैं। उन में शमन करने की भी शक्ति होती है और स्वस्थ करने की भी।

यदि आदमी सपने देखना बन्द कर दे तो असमय ही बूढ़ा हो जाये। वे ईश्वरीय देन भले ही न हो, श्रान्तिविनोदन के मूल्यवान् साधन हैं, और जीवन के सफ़र के दिलचस्प साथी।

पहले ऐसा समझा जाता था कि बहुत अधिक सपने देखना या लम्बे समय तक सपने देखना अस्वाभाविक है। पर अब वैज्ञानिक प्रयोगों से यह बात निश्चित हो गयी है कि सपने देखना साँस लेने की तरह जागरण-निद्रा-क्रम की एक अति स्वाभाविक क्रिया है। जब इस क्रिया में कोई बाधा पहुँचने लगती है तो मनुष्य अस्वाभाविक कार्य करने लगता है। एक वैज्ञानिक ने एक व्यक्ति को कई रातों तक सोने तो दिया, पर सपने नहीं देखने दिया। नतीजा यह हुआ कि उस ने छोटी-मोटी चीजें चुरानी आरम्भ कर दी, जो उस को प्रकृति के एकदम प्रतिकूल था। पर जैसे ही उसे सपने देखने के लिए स्वाधीन छोड़ा गया, उस की यह आदत छूट गयी।

सपने किस प्रकार आरोग्य और स्फूर्ति प्रदान कर सकते हैं, इस बारे में विख्यात मानसशास्त्री पर्कन्जी का कहना है, "खास तौर पर सृजनशील सपने नयी जीवनीशक्ति प्रदान कर, हमें क्रियाशील बनाते हैं। हमारी कल्पना ही उन की सृष्टि करती है, और उन का हमारे बीते दिन के कार्यकलापों से प्रायः कोई सम्बन्ध नहीं होता। दिन के तनावों से मुक्ति पाने और विश्रान्ति प्राप्त करने के लिए मन ऐसे सपनों की शरण में जाता है। वह सपनों में ऐसी परिस्थितियों का निर्माण करता है जो जाग्रतावस्था की परिस्थितियों से भिन्न होती हैं। दिन की कष्टदायक परिस्थितियों का इलाज वह सुखदायक सपनों की सृष्टि करके करता है। चिन्ता और घृणा को वह प्रेम और विश्वास के सपनों को जन्म दे कर दूर करता है। जागते समय हमारे मन पर जो मानसिक आघात लगते हैं, आशादायक सपने उन पर मरहम का काम करते हैं। नींद का हमारी मानसिक क्रियाओं पर हितकारी प्रभाव पड़ता है, और नींद अपना कल्याणकारी प्रभाव स्फूर्तिदायक सपनों के माध्यम से भी डालती है।

पर, जब हम नींद के इस कल्याणकारी प्रभाव को प्राप्त करने में असमर्थ रहते हैं, और मानसिक तनावों के असह्य भार से सदा दबे रहते हैं तो स्वप्न भ्रमण (Sleepwalking) नामक मानसिक रोग के शिकार हो जाते हैं। यह एक अत्यन्त गम्भीर रोग है, जिस का इलाज कोई कुशल और सहानुभूतिशील मानस-रोग-विशेषज्ञ ही कर सकता है।

स्वप्नचारी को होश में आने पर अपने स्वप्नभ्रमण की कोई बात याद नहीं रहती। कारण उस अवस्था में उस का चेतन मन निष्क्रिय और शिथिल रहता है, और अवचेतन मन, जिस पर न चेतन मन का कोई नियन्त्रण है, न दुनिया के किसी नियम और रीतिरिवाज का, ही सक्रिय रहता है।

इस विचित्र रोग से ग्रस्त व्यक्ति की क्या हालत हो जाती है, यह नीचे के कुछ उदाहरणों से स्पष्ट है।

स्वप्न-भ्रमण के विचित्र प्रसंग

इंग्लैंड, जहाँ स्वप्न में भ्रमण तथा अन्य कार्य करने वाले व्यक्तियों की संख्या लाखों में है—के स्काटलैंड-यार्ड (गुप्तचर विभाग) के एक अधिकारी को सूचना मिली कि नगर में एक खून हो गया है। हत्यारे की खोज का काम उसे सौंपा गया। उस का शक जिस व्यक्ति पर था वह अन्य नगर में चला गया था। वह अधिकारी उसे ढूँढने के लिए उस नगर में पहुँचा। पर, वहाँ पहुँचने के तीन-चार दिन बाद, उसे मालूम पडा कि वहाँ भी ठीक पहले वाले खून की तरह एक खून हो गया है। अधिकारी का सन्देह दृढ हो गया कि हो न हो, इन दोनो खूनो की तह में वही व्यक्ति है, जिसे खोजने वह आया है। इस खोज में उस के विभाग के कुछ और लोग भी शामिल हो गये।

कुछ दिन बाद, जब हत्यारे का पता लगा, तो लोग यह जान कर दंग रह गये कि हत्यारा वही पुलिस-अधिकारी था जो हत्यारे की खोज कर रहा था।

मानस-शास्त्रियों के परीक्षण से पता चला कि वे महाशय स्वप्नचारी थे, और हत्या बिना किसी राग-द्वेष के अज्ञात-स्थिति में ही करते थे। सोते-सोते, एक खास ढंग से हत्या कर आते थे, और जागने पर इस बात को बिलकुल भूल जाते थे। यदि उन के साथियों ने उन्हें पकड़ा न होता, तो न जाने कितने निर्दोष व्यक्ति उन के हाथों प्राण खो बैठते।

भारत की एक रियासत के राज-परिवार की १३-१४ साल की एक किशोरी स्वप्नों में ही अपने सन्दूक को खोल कर सब कपडे निकाल लेती, और उन्हें फिर जमा कर वैसे ही रख देती; जिस कपडे को सीना होता, उसे ठीक काँट-छाँटकर सी लेती, और अन्त में जा कर सो जाती। इस अवस्था में वह जो करती, उस का साक्षी उस का बाह्य मन नहीं होता था।

स्काटलैंड यार्ड के हत्यारे अधिकारी की भर्ति आस्ट्रेलिया की एक ५० वर्षीय विवाहित महिला ने भी नींद की अवस्था में हत्या की थी। मैलबोर्न की एक अदालत में पेश हुए उस के मामले से लोगों को पता चला कि एक रात उस ने सपना देखा कि उस ने कुल्हाड़ी से अपनी १९ वर्षीया पुत्री की हत्या कर दी है। अगले दिन जागने पर उस ने खून में लथपथ अपनी पुत्री को अपने पास पडे पाया। यद्यपि मनोवैज्ञानिकों की राय में उस ने ही निद्रित अवस्था में अपनी पुत्री की हत्या की थी, तथापि ज्यूरी ने यह फैसला कर के कि हत्या करते समय उस के सुषुप्त बाह्य मन को यह मालूम नहीं था कि वह क्या कर रही है, उसे छोड़ दिया।

एक अन्य रियासत के महाराजा रात में उठ कर, खुली आँखों से जागृत-जैसी

रिथिति में शयनकक्ष से सीढ़ियों द्वारा नीचे आ कर पोरच में खड़ी अपनी कार में सवार हो कर, उसे स्टार्ट करते; और कुछ देर घूम कर फिर वापस आ जाते, और कार खड़ी कर के, फिर शयन-कक्ष में वापस आ कर सो जाते थे। सब कुछ अत्यन्त सजग अवस्था जैसी सावधानी से होता। पर, सुबह होते ही, उन्हें कुछ याद नहीं रहता था कि वे किस समय, कितनी देर के लिए और कहाँ गये थे।

दक्षिण भारत के एक गाँव में, सुबह ही सुबह, लोगो ने एक ब्राह्मण को ताड़ के पेड़ के शिखर से चिल्लाते सुना। जब उसे नीचे उतारा गया तो उस ने एक अजीब कहानी सुनायी। रात में उस ने सपना देखा था कि एक सुन्दर युवती उसे एक जग-मगाते हुए महल में आने के लिए आमन्त्रित कर रही है। वह, बिना यह जाने कि क्या कर रहा है, ताड़ के पेड़ पर चढ़ गया। ऊपर चढ़ जाने के बाद, उस का स्वप्न-संचरण एकाएक समाप्त हो गया, और वह सुबह होने तक जप-पाठ करता रहा। अन्त-र्मन की प्रेरणा ने उसे स्वप्नावस्था में भी सक्रिय बना दिया था।

मध्य भारत के एक किसान को आदत थी, खेत का काम पूरा करने के बाद बड़ के एक पेड़ के नीचे कुछ देर आराम करने की। रात में भी वह प्रायः सपने में चलता-फिरता उस बड़ के पेड़ के नीचे आ कर सो जाता था। सुबह को उसे आश्चर्य होता था कि वह घर में पलंग पर न सो कर, यहाँ दो मील दूर पेड़ के नीचे क्यों सो रहा है! पर, उसे एक दिन भी इस बात का पता न चला कि वह कब और कैसे पेड़ के नीचे पहुँच जाता था।

लेकिन स्वप्न-भ्रमण में सब से अधिक फ़ासला तय करने का विश्व रेकार्ड शायद उत्तर भारत के एक सज्जन ने स्थापित किया है, जो इस रहस्य से अज्ञात होते हुए कि वह कब उठे थे और उठ कर कहाँ चले जा रहे हैं, १६ मील का खतरनाक फ़ासला, बड़े आराम से तय कर लेते थे। शायद उन का मुकाबला वह विदेशी स्वप्न-चर ही कर सकें, जो सपनों में जागृति अनुभव कर के, नाव खेते-खेते, तूफानी नदी पार कर लेते थे, और सुबह को ताज्जुब करते थे कि उन्हें वहाँ कौन छोड़ गया!

प्रत्यक्षदर्शियों का कहना है कि अनेक ऐसी माताएँ, जिन की नौद चीखने-चिल्लाने से भी भंग नहीं होती, अपने बच्चे के कुनमुनाने पर भी, बिना जागे उसे सहलाने लगती हैं। उन के अवचेतन मन की संवेदनशीलता विशेष रूप से बच्चे को परेशान पा कर ही जागृत हो पाती है। यही संवेदनशीलता सुषुप्ति में भी उन्हें सक्रिय बना देती है। दक्षिण भारत की एक नववधू सपने की अवस्था में ससुराल से पीहर चली जाती थी।

मानसशास्त्रियों का कहना है कि सपने में चलने-फिरने का रोग सब से अधिक बच्चों में होता है। कारण बच्चों का केन्द्रीय स्नायुमण्डल अधिक विकसित नहीं होता। नौद में चलने वाले व्यक्ति की भाँति निद्राचारी बच्चे भी जागने पर निद्राभ्रमण की अपनी गतिविधियों को कभी याद नहीं रखते। कभी-कभी तो उस के कारण भीषण

दुर्घटनाएँ भी हो जाती है।

मद्रास में, कुछ समय पहले, दस साल का एक लड़का सुप्तावस्था में चलते-चलते अपने घर की छत पर आ गया, और इस से पहले कि नीचे खड़े कुछ लोग उसे बचाने के लिए ऊपर भागें, वह छत पर चलता-चलता नीचे सड़क पर जा गिरा।

ऐसी ही दुर्घटना लन्दन में, कई साल पहले हुई थी। उत्तरी लन्दन के एक फ्लैट में रहने वाला एक स्कूली छात्र, जिसे निद्राभ्रमण की शिकायत थी, अपने सोने के कमरे से उठ कर देहली पर आ गया। इस से पहले कि उस का पिता जो सहसा जाग गया था, उसे बचा सके, वह देहली पार कर सीमेंट के अहाते में गिर पड़ा, और १४ घंटे बाद मर गया।

यह दो उदाहरण इस भ्रमजनक तर्क का खण्डन करते हैं कि स्वप्नचारियों के बारे में चिन्तित रहने की कोई आवश्यकता नहीं है। स्वप्नचारी जब बच्चा या महिला हो, तो विशेष रूप से सतर्कता बरतनी चाहिए। डॉक्टरों का कहना है कि भले ही स्वप्नचारी प्रकट न करे, पर उसे चोट लगने पर उतना ही कष्ट होता है, जितना स्वस्थ व्यक्ति को। ब्रिटेन का ग्यारह साल का एक स्वप्नचारी बालक अपने सोने के कमरे की खिड़की से १५ फुट नीचे गिर गया। यद्यपि गिर जाने के बाद भी, कुछ घंटों तक वह नहीं जागा, पर अस्पताल में उस का इलाज करते समय पाया गया कि उस की चोट मामूली नहीं थी।

अमरीका के कैलीफोर्निया विश्वविद्यालय के दो प्रयोगकर्त्ताओं ने पिछले दिनों यह सिद्ध कर दिया कि “स्वप्नचारी खामोश निद्रा के समय ही चलता है। वह उस समय नहीं चलता जब स्वप्नावस्था अपनी चरम सीमा पर होती है।” पर अन्य स्वप्न-शास्त्रियों की भाँति उन्होंने भी यह स्वीकार किया है कि “स्वप्नभ्रमण स्वप्न देखने का ही अत्यन्त सक्रिय रूप है। इस स्वप्न में अवचेतन मन अर्द्धचेतन होता है, और आँखें खुली हों, या बन्द, जाग्रत आँखों के समान ही काम करती है।”

सपनों में नयी भाषाएँ सीखिए

प्रगाढ निद्रा में आदमी चल-फिर ही नहीं सकता, नयी-नयी भाषाएँ भी सीख सकता है। लेकिन इस के लिए उसे बाहरी सहायता की आवश्यकता पड़ती है।

रूस में, जहाँ सपनों द्वारा पढाई के प्रयोग बड़े जोर-शोर से चल रहे हैं, एक महिला ने स्वप्नावस्था में ही, कुल २८ दिनों में अँगरेजी बोलना सीख लिया। कीब विश्वविद्यालय में हुई एक परीक्षा से ज्ञात हुआ कि इस अवधि में उस ने जितनी अँगरेजी सीखी थी, उतनी साधारण छात्र एक साल का कोर्स पूरा करने पर ही सीख पाते हैं।

चेकोस्लोवाकिया में अँगरेजी सिखाने के लिए, रेडियो स्टेशन से एक विचित्र पाठ्य-क्रम प्रसारित किया जाता है। ७००० छात्र-छात्राओं के घर तार द्वारा रेडियो-स्टेशन से जुड़े हुए हैं। दस पाठों में विभाजित पाठ्यक्रम पाँच महीने तक सिखाया

स्वप्नलोक

८९

जाता है। एक पाठ की अवधि बारह घंटे है—रात के आठ बजे से सुबह के आठ बजे तक। आठ बजे से ग्यारह बजे तक पाठ, बैठे हुए, खाना खाते हुए या आराम करते हुए सुनिए। कुछ भी कीजिए, पर शर्त यह है कि आप का ध्यान पाठ की ओर ही केन्द्रित होना चाहिए। ग्यारह के बाद आप को लोरी सुना कर सुला दिया जायगा। फिर पाठ को, दो बजे तक धीरे-धीरे लोरी के स्वर में दोहराया जाता है। सोते रहिए, पाठ दोहराते रहिए। दो बजे एक तेज आवाज आप को जगा देगी, और रेडियो-स्टेशन में बैठे अध्यापक महोदय संक्षेप में पाठ का सिंहावलोकन करेंगे। फिर पाँच बजे तक आप को तंग नहीं किया जायगा। हाँ, ठीक पाँच बजे तक आप को उठा कर फिर वही पाठ दोहरा कर आप की याददाश्त को ताज़ा किया जायगा। आप देखेंगे कि पाठ आप को, बड़ी आसानी से, पूरी तरह याद हो गया है। अब अगला पाठ दो हफ्ते बाद सिखाया जायेगा। इस तरह, पाँच ही महीने में सोते-सोते और सपने देखते-देखते आप उतनी अँगरेज़ी सीख लेंगे, जिसे सीखने में साधारण छात्र को तीन साल लग जाते हैं। इसी प्रकार, अन्य भाषाएँ सिखाने की योजनाएँ भी बन रही हैं।

‘नीद में पढ़ाई’ की इस विधि को ‘हिप्नोपेडिया’ कहते हैं। रूस, अमरीका तथा अन्य देशों में प्रयोगों से यह सिद्ध हो चुका है कि इस विधि से किसी भी व्यक्ति को नयी भाषा में पारंगत बनाया जा सकता है, और उसे नयी-नयी सूचनाएँ दी जा सकती हैं। इस विधि के एक विशेषज्ञ प्रोफेसर साइबाडौस का कहना है कि ‘नीद में पढ़ना जाग्रतावस्था में पढ़ने से कहीं अधिक सुगम है। निद्रावस्था में हमारे मस्तिष्क का पाँचवाँ भाग ही सक्रिय रहता है। इस विधि से उसे अधिक सक्रिय बनाया जा सकता है।’ प्रो० साइबाडौस तीस वर्षों से इस विधि को ले कर प्रयोग करते चले आ रहे हैं। उन्होंने यह सिद्ध कर दिया है कि थक जाने पर सतर्क मस्तिष्क के कुछ भाग अपने आप ‘बन्द’ हो जाते हैं, और किसी भी नयी सूचना को ग्रहण करने से इनकार कर देते हैं। नीद में यह ‘बन्द’ भाग खुल कर नयी शक्ति और ताज़गी प्राप्त करते हैं, और बाह्य मन के निष्क्रिय रहने पर भी नयी सूचना ग्रहण और संग्रहित कर सकते हैं।

‘हिप्नोपेडिया’ पद्धति में या तो आत्म-सम्मोहन से काम लिया जाता है, या उस विधि से जिस से चेकोस्लोवाकिया में अँगरेज़ी पढ़ायी जाती है। इस विधि से विशेषज्ञ न केवल नयी भाषाएँ सिखा सकते हैं, अपितु स्वरोच्चारण भी बदल सकते हैं। द० अमरीका के एक अभिनेता-गायक रैमन विनाय ने इसी तरीके से अपना स्वरोच्चारण ठीक कर इटली की एक फ़िल्म में हीरो का रोल प्राप्त कर लिया था।

हालीवुड में शीरोवर नामक एक अमरीकी स्वप्न-विशेषज्ञ ‘हिप्नोपेडिया’ की सहायता से नवोदित कलाकारों को अभिनय भी सिखाते हैं, और अभिनय-कला की बारीकियाँ भी। कमजोर याददाश्त वाले कलाकारों को वह इस तरीके से डायलॉग भी याद कराते हैं।

एक स्कूल के बीस छात्र-छात्राओं के दल की नाखून कुतरने की आदत छुड़ाने के लिए अमरीकी मानसशास्त्री डॉक्टर लारेन्स लोशन उन्हें स्वप्नावस्था में हिप्नोपेडिया पद्धति से एक रेकार्ड सुनवाते थे, जिस में एक ही लाइन बार-बार दोहरायी जाती थी : 'मेरे नाखून बहुत कड़वे हैं।' कुछ ही दिनों में सब की नाखून कुतरने की आदत छूट गयी।

इंग्लैंड के नामी शिक्षा-शास्त्री और भाषणकर्ता डॉक्टर पावर्स कैडमेन, जिन्होंने अमरीका में भाषण दे कर बहुत पैसा और नाम कमाया, अपने भाषणों को प्रभाव-शाली और सारगर्भित बनाने के लिए नींद और सपनों पर निर्भर रहते थे। सोने से पहले वे अपने भाषण के विषय पर काफ़ी सोचते थे। उन का चिन्तन क्रमबद्ध न होने पर भी सर्वतः पूर्ण होता था। सोते समय उन का अवचेतन विषय को अच्छी तरह सम्पादित कर उसे इस ढंग से क्रमबद्ध कर देता था कि अगले दिन धाराप्रवाह भाषण देने में उन्हें कोई कठिनाई नहीं होती थी।

'हिप्नोपेडिया' ने शिक्षाशास्त्रियों के सम्मुख एक नया और विस्तृत क्षेत्र खोल दिया है। इस क्षेत्र में बड़ी तेजी से शोधकार्य हो रहा है, और कौन जाने अगले पन्द्रह-बीस सालों में यह शिक्षा-प्रणाली का एक अनिवार्य अंग ही बन जाये।

लेकिन, हाल ही में सोवियत अकादमी ऑफ मेडिकल सायन्सेज के प्रोफ़ेसर एम० सुमार-कोवा और ई० उशाकोवा, जो विश्व-स्वास्थ्य-संघ (W H O) के तत्वावधान में 'हिप्नोपेडिया' विधि से रूस में छात्र-छात्राओं को विभिन्न भाषाएँ सिखाने के कार्य का निरीक्षण करते हैं, का कहना है कि इस विधि में कुछ खतरे भी हैं, जिन से सावधान रहना आवश्यक है। उन्होंने चेतावनी दी है कि अप्रशिक्षित प्रयोगकर्ता जाने-अनजाने गलत सन्देश भेज कर छात्र-छात्राओं को गुमराह भी कर सकता है। ऐसा ही मत रूस के विख्यात स्वप्नशास्त्री पावलोव का भी है। असल में, नींद से पहले की अवस्था, जिसे 'हिप्नागौगिक' कहा जाता है, और जिस के बारे में वैज्ञानिकों को अभी तक अधिक ज्ञात नहीं है, में प्राप्त जानकारी पूरी तरह अवचेतन मन तक नहीं पहुँचती, और बीच में ही विकृत या कमजोर हो जाती है। "इसी लिए", उशाकोवा का कहना है, "जब तक वैज्ञानिक नींद की प्रत्येक अवस्था का सूक्ष्म और विस्तृत अध्ययन नहीं कर लेते, 'हिप्नोपेडिया' की उपयोगिता आंशिक ही रहेगी।"

खैर, वह आगे की बात है। आइए, अब देखें कि सपनों की अजीबोगरीब दुनिया में प्रवेश कर, अभी तक वैज्ञानिकों को क्या पता चल पाया है, तथा वे और क्या पता लगाने की कोशिश कर रहे हैं ?

स्वप्न क्यों दिखाई देते हैं ?

हमारे मस्तिष्क की तुलना एक ऐसे आश्चर्यजनक कम्प्यूटर से की जा सकती है, जो खरबों सूक्ष्म और स्थूल यादों को सुरक्षित रख सकता है। हम जो कुछ भी

देखते, सुनते, पढ़ते या अनुभव करते हैं, उस की याद हमारे मस्तिष्क में सुरक्षित रहती है। मामूली से मामूली बात की याद, किसी कारण से उत्तेजना पा कर, सपनों के रूप में प्रत्यक्ष अथवा सांकेतिक रूप से व्यक्त होती है।

मस्तिष्क की इस पेचीदी प्रक्रिया को ब्रिटेन के एक मानसशास्त्री ने इन शब्दों में समझाने का प्रयत्न किया है, “हम दो स्तरों पर जीते हैं, चेतन और अचेतन स्तरों पर। हमारा चेतन मन रोजमर्रा की घटनाओं का समझदारी से सामना कर, हमारे जीवन को नियन्त्रित रखता है, तथा उसे यथोचित ढंग से संचालित करता है। अचेतन मन का काम समस्त सूक्ष्म और असूक्ष्म भावनाओं और घटनाओं को, बिना किसी तर्क और लगाव के, स्मृतिभण्डार में सुरक्षित रखता है। भय, क्रोध, प्रेम, घृणा आदि नैसर्गिक प्रवृत्तियाँ भी उस के जिम्मे हैं। अचेतन मन को यदि एक अश्व मान लिया जाये, तो चेतन मन को अश्वारोही माना जा सकता है। अश्वारोही सदा अश्व को अपने क्राबू में रखता है, पर कभी-कभी अन्धी मूलप्रवृत्तियों के वश में आ कर अचेतन मन रूपी अश्व चेतन मन रूपी अश्वारोही को गिरा कर निर्द्वन्द्व भागने लगता है। पर ऐसा कभी-कभी ही होता है, नहीं तो यह अश्व सदा अश्वारोही के क्राबू में ही रहता है। स्वप्नावस्था में भी वह ‘सेंसर’ के रूप में उपस्थित रहता है, और सपनों पर निगाह रखता है। लेकिन स्वप्नावस्था में, इस सेन्सर की उपस्थिति के बावजूद अचेतन मन हमारी शंकाओं, समस्याओं आदि को प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष (प्रतीकात्मक) रूप से व्यक्त कर, उन का हल खोजने का प्रयत्न करता है। प्रायः वह सपनों के प्रतीक उन्हीं प्रतीकों में से चुनता है, जो हम जागृतावस्था में काम में लाते हैं, यथा, साँप, शेर, भूत-चुड़ैल आदि जो सपनों में भी आतंककारी वस्तुओं के रूप में सामने आते हैं।”

“माँय परसैप्शन एण्ड कन्सैप्शन ऑफ़ द वर्ल्ड” नामक रोचक पुस्तक की रूखी लेखिका ओ. स्कौरोखोदोवा ने, जो पाँच वर्ष की आयु में ही अन्धी, बहरी और गूंगी हो गयी थी, पर जिस ने इन अक्षमताओं के बावजूद, डिग्री हासिल कर लेखन-कार्य को अपनाया, इस पुस्तक में युवावस्था में देखे गये अपने कई सपनों का वर्णन बड़ी बारीकी से किया है। एक स्वप्न का वर्णन उन्होंने इस प्रकार किया है :

“इस सपने में मुझे लगा कि कोई पक्षी गा रहा है। पक्षी का स्वर और गायन इतना मधुर और हृदयस्पर्शी था कि मैं अपनी सुध-बुध भूल गयी। और जब मैं ने यह अनुमान लगाने की कोशिश की कि यह पक्षी कौन हो सकता है, तो उत्तर तुरन्त सूझ गया—‘कोयल’। अब सवाल यह है कि मुझे सपने में कोयल का ही स्वर क्यों सुनाई दिया, जब कि कोयल को मैं ने कभी देखा, सुना या छुआ तक न था? बहुत विचार करने पर मुझे इस प्रश्न का उत्तर यही सूझा कि कोयल का स्वर मुझे सपने में इसलिए सुनाई दिया था, क्योंकि बचपन से मैं ने लोगों से यही सुना था, और यही

पढा भी था कि कोयल ही सब से अच्छा गाने वाला पक्षी है।”^१

रूस की डॉक्टर ग्रिनयोवा ने प्रयोगों के बाद यह निर्धारित किया कि जन्म से अन्धे व्यक्तियों को सपनों में आक्षिप्त प्रतिबिम्ब नहीं दिखाई देते। ऐसे व्यक्ति सपनों में लोगों और स्थानों को उन की आवाजों, गन्धों और आकारों से ही चीन्हेते हैं। एक जन्मान्ध व्यक्ति ने डॉ० ग्रिनयोवा को बताया—“मैं ने सपनों में अपनी माँ को उस की आवाज से पहचाना।”^२

तीन आधुनिक दिग्गज स्वप्नशास्त्री

आधुनिक स्वप्नशास्त्र को जिन तीन दिग्गज स्वप्नशास्त्रियों ने अपनी मौलिक शोधों और मान्यताओं से सम्पन्न कर नये आयाम प्रदान किये हैं, उन के नाम हैं— फ्रायड, एडलर और जुंग।

आज से दो हजार साल पहले ल्यूक्रेतिस (९८-५५ ई० पू०) ने लिखा था, “सपनों का सम्बन्ध दैहिक आवश्यकताओं और दैनिक कार्य-कलापो और अभिरुचियों से होता है।” इस कथन को पुष्टि करते हुए उसे वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया, आधुनिक स्वप्नभाष्यविज्ञान के जन्मदाता डॉ० सिगमंड ने। फ्रायड की पुस्तक Interpretation of Dreams ने नवम्बर, १९३९ में प्रकाशित होते ही विज्ञान-जगत् में क्रान्ति मचा दी थी। इस पुस्तक ने पहली बार वैज्ञानिकों को सपनों के महत्त्व से अवगत कराया, और यह भी बताया कि उन की वैज्ञानिक ढंग से व्याख्या की जा सकती है।

अपनी इस पुस्तक में फ्रायड ने इस बात पर बहुत जोर दिया है कि सपनों का उद्देश्य हमारी अधूरी और अतृप्त यौन इच्छाओं की पूर्ति करता है। अर्थात्, सपनों में हम अपनी दमित यौन-इच्छाओं की पूर्ति करते हैं। फ्रायड के अनुसार इन इच्छाओं की पूर्ति सपनों में इस कारण होती है कि दिन में उन्हें “सेन्सर” करने वाला अवचेतन मन रात में आधा सोया रहता है।^३

पर, कुछ लोग फ्रायड को स्वप्नसम्बन्धी इस सिद्धान्त का जन्मदाता नहीं मानते। उन का कहना है कि १८९० में डॉक्टर डिल्लज ने सपनों के सम्बन्ध में ऐसे ही सिद्धान्त का प्रतिपादन किया था।

लेकिन इस सिद्धान्त से मिलते-जुलते सिद्धान्त का प्रतिपादन डॉ० डिल्लज से पहले भी अनेक व्यक्ति कर चुके थे। १८९७ में मार्ली वोल्ड ने कहा था कि जो व्यक्ति अपने को सपने में उड़ता देखता है, वह वास्तव में अपनी किसी अपूर्ण इच्छा को पूरा करना चाहता है। १८६१ में डॉ० कार्ल स्कैर्नर ने सपनों के प्रतीकवाद पर जोर

१. Sleep, Hypnosis, Dreams—by . L Rokhlsn (Foreign Languages Publishing House Moscow.)

२. Ibid.

३. The Interpretation of Dreams—Sigmud Freud Modern Library.

दिया था। ईसा से ४२७ वर्ष पूर्व, प्लेटो ने लिखा था, “सपने युक्तिशून्य इच्छाओं को अभिव्यक्ति करते हैं।” अमरीका के आदिवासी रेड इंडियन भी सपनों को तर्कहीन इच्छाओं का भण्डार मानते थे।

पर, सपनों सम्बन्धी अपने सिद्धान्त को इतने जोरदार ढंग से किसी ने प्रस्तुत नहीं किया, जितना फ्रायड ने।

फ्रायड स्वयं मानते थे कि उन का सिद्धान्त और सपनों की व्याख्या करने की प्रणाली एकदम त्रुटिहीन नहीं है। अपनी पुस्तक में एक स्थल में उन्होंने कहा है, “मैं यह नहीं कहना चाहता कि मैं ने सपनों के रहस्यों और अर्थों को पूरी तरह समझ लिया है। मेरी व्याख्याएँ त्रुटिपूर्ण भी हो सकती हैं।”^१

फ्रायड की अनेक मान्यताओं का खण्डन एडलर और जुंग ने किया। एडलर की मान्यता है कि सपने हमारी महत्वाकांक्षाओं को साकार करते हैं।^२ एडलर ने फ्रायड को सपनों की व्याख्या करने या प्रयास करने का श्रेय तो दिया, पर वे उन की इस बात से सहमत नहीं कि सपनों के माध्यम से हम अपने जीवन की अतृप्त यौन-भावनाओं की पूर्ति करते हैं। उन की यह मान्यता अधूरी और गलत साबित हो चुकी है।

जुंग की स्वप्नसम्बन्धी मान्यताएँ फ्रायड की मान्यताओं की तुलना में अधिक युक्तियुक्त प्रतीत होती हैं, कारण उन की मान्यताओं में विज्ञान और धर्म का, मानव और प्रकृति का, भूत और वर्तमान का तर्कसंगत समन्वय है। उन्होंने आदमी के व्यक्तित्व की दो प्रवृत्तियों—अन्तर्मुखी और बहिर्मुखी—का आविष्कार किया। उन के लेखे आदमी अपने औचित्य को सिद्ध करने या अपनी इच्छापूर्ति के लिए जन्मा है, वह अपने पूर्ण ‘स्व’ को खोजने में लगा है। वे यह भी मानते थे कि प्रत्येक व्यक्ति का अवचेतन मन सार्वलौकिक अवचेतन का ही एक अंश है। इसी लिए, दूसरों का कष्ट हमारा अपना कष्ट बन जाता है।

जुंग के अनुसार “सपनों में हमारे अन्तर में स्थित यह सार्वलौकिक अवचेतन, जिसे अति ‘स्व’ कहा जाता है, हमारे अवचेतन मन—या सक्रिय ‘स्व’ का मार्गप्रदर्शन करता है। इसीलिए वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे थे कि सपनों की सही व्याख्या भले ही सम्भव न हो, पर हम उन के माध्यम से अपनी समस्याओं को सही ढंग से समझ अवश्य सकते हैं। ऐसे चिन्तन से हमारी चेतना व्यापक बनती है, और हमारा व्यक्तित्व अधिक सन्तुलित और शान्त।”^३

सपनों के सम्बन्ध में एक नया सिद्धान्त, जो इन तीन दिग्गजों के स्वप्नसम्बन्धी सिद्धान्तों के समान अधिक ज्ञात नहीं है, अमरीकी विचारक थॉमस पेन ने भी प्रस्तुत

१ Ibid.

२. Individual Psychology—by A. Adler. (Littlefield Adams & Co.)

३. The Undiscovered Self—Doubleday.

क्रिया था। पेन का कहना था कि मन की तीन क्षमताएँ होती हैं : कल्पना, स्मृति और गुण-दोष-विवेचन। ये तीनों क्षमताएँ जागृतावस्था में सक्रिय होती हैं, पर निद्रावस्था में शिथिल हो जाती हैं। उन का विश्वास था कि ये क्षमताएँ जितनी अधिक सक्रिय होंगी, हमारे सपने उतने ही विवेकपूर्ण होंगे, और जितनी अधिक शिथिल होंगी, उतने ही वे तर्कशून्य होंगे। सपने साकार होते हैं, क्योंकि हमारी कल्पनाशक्ति चौबीसों घंटे सक्रिय रहती है। गुणदोषविवेचन को क्षमता कभी-कभी नींद में सो जाती है, और स्मृति आवश्यकता पड़ने पर ही सक्रिय होती है।

पेन, जिन्होंने ऐतिहासिक “अमरीकी स्वप्न” (अमरीकी आदर्श जिस की प्राप्ति ने अमरीका को महान् बनाया) की स्थापना में महत्वपूर्ण सहयोग दिया, सपनों को निर्भरणीय नहीं मानते थे। ना ही वे उन का सम्बन्ध धर्म से जोड़ते थे। १८११ में उन की एक साहसिक कृति “बाइबिल में स्वप्न” छपी, जो छपते ही जब्त कर ली गयी।

सपने—धर्मों की उत्पत्ति के मूल में

स्वप्नशास्त्री जुंग के अनुसार सपनों और धर्म में गहरा सम्बन्ध है। ‘धर्म और सपने’ दोनों ही समान प्रतीकों का सहारा लेते हैं। धर्म के माध्यम से आदमी ने भगवान् का, जो सारी मानव-जाति का ‘पिता’ और ‘संरक्षक’ था, आविष्कार किया। आदमी ही भगवान् की कल्पना कर सकता था। और यह कल्पना उसे मिली अपने सपनों में, जहाँ उस ने अपने से अधिक बलशाली और महत्वपूर्ण साकार शक्ति को देखा।^१”

वास्तव में विश्व के पहले धर्म की उत्पत्ति तभी हुई होगी, जब आदमी के धातुर और भयभीत मन ने जीवन की समस्या का हल जानने का प्रयत्न किया होगा। इस प्रयत्न का उत्तर उसे मिला सपनों में, जहाँ उस ने अपने पुरखों को ‘जीवित’ देख कर अपने को ‘अमर’ माना। आदमी ने जाना कि यद्यपि वह जीवन की एक तुच्छ और अस्थायी इकाई है, फिर भी जीवन का अर्थ सिवाय उस के और कुछ नहीं है। इसी अनुभूति ने उसे रहस्यवाद की ओर प्रवृत्त किया।

रहस्यवाद और धर्म दोनों ही आदमी से प्रतीकों की भाषा में बोलते हैं। यही भाषा सपनों की भी है। ‘साइंस और सैनिटी’ में कोरजेवस्की ने ठीक ही कहा है, “मनुष्य की प्रगति का आधार है—प्रतीक^२।” फ्रेजर ने ‘द गोल्डन बो’^३ में इसी बात की पुष्टि करते हुए कहा है, “प्रतीकों से हमें जीवन को समझने और उस के साथ अपने सम्बन्ध को जानने में सहायता मिलती है। प्रतीकों के बिना सृष्टि के साथ हमारा कोई

१. Ibid.

२. Science and Sanity—by : A Korzybski.

३. The Golden Bough—by . Frazer (Macmillan).

भी सम्बन्ध या व्यवहार असम्भव है। कारण, अज्ञात को हम ज्ञात द्वारा ही जान और अभिव्यक्त कर सकते हैं। और ऐसी अभिव्यक्ति का सुन्दरतम रूप है—सपने।”

सपनों के राजपथ पर मानव के सफलता के चरण

आदमी को निरपेक्ष रूप से सोचना सपनों ने ही सिखाया। आदमी ने जाना कि निर्विकार सपने मन की गहराइयों में चल रहे अँधेरी और अज्ञात क्रियाओं को ही प्रतिबिम्बित नहीं करते, अपनी निराली सृजन-प्रक्रिया से चेतन और अवचेतन मन की विचित्र कड़ियों को उजागर भी करते हैं। अन्तःसृष्टि विषयक होते हुए भी वे हमारे बाह्य-जीवन के कार्यकलापों को काफी व्यापक रूप से और गहराई से प्रभावित करते हैं।

आदमी के पहले गीत, चित्र और धुन की रूपरेखा भी पहले सपनों में ही बनी। प्रकृति को ललकारने और उस पर विजय पाने की कल्पना सपनों ने ही उस की अन्तःसृष्टि में साकार की। विश्व के रंगमंच पर आदमी ने आज तक जो-जो नाटक खेले हैं, उन सब की रिहर्सल उस ने स्वप्नजगत् में कर ली थी। जैसा कि आंग्ल कवि स्विनबर्न ने कहा है :

“Life is a watch or a vision
Between a sleep and a sleep.”

(जीवन एक नींद और दूसरी नींद के बीच देखा गया एक स्वप्न ही है)^१

आधुनिक काल में भी जो आश्चर्यजनक और शानदार प्रगतियाँ हुई हैं, उन के मूल में भी सपने ही हैं। अन्तरिक्ष-यानों का सफल विकास इस सदी की महान् उपलब्धियों में से है। ‘न्यूयार्क जर्नल-अमरीकन’ के ११ जून, १९६२ के अंक में प्रकाशित एक लेख के लेखक वेव ने कहा है, “अन्तरिक्ष-यानों का इतिहास सफलताओं और असफलताओं के एक लम्बे क्रम का इतिहास है। पर इन सफलताओं और असफलताओं के लिए जिम्मेवार सब व्यक्तियों में एक समान गुण था, सब ने किसी न किसी प्रकार के अन्तरिक्ष-यान के निर्माण का सपना देखा था।”

रूस के दो विख्यात स्वप्न-शास्त्री सीकेनोव और पावलोव इस सम्बन्ध में एकमत हैं कि ‘स्वप्न जीवन के पहले क्षण से ले कर अब तक मस्तिष्क द्वारा ग्रहण किये गये प्रभावों, संवेदनों आवेगों और प्रेरणाओं का एक असाधारण संयोजन है, जो सर्वथा अप्रत्याशित ढंग से सम्मिश्रित होता है^२।’ फ्रॉयड ने इसी बात को इन शब्दों में कहा है : “सपनों में शिशुकाल तक की और भूलो हुई घटनाओं को पुनर्जीवित करने की अद्भुत शक्ति होती है^३।” हैवलाक एलिस तो यहाँ तक कहते हैं कि—“सपनों की

१. Charles Swinburne—Modern Library.

२. Sleep, Hypnosis, Dreams—by : L. Rokhlin (Foreign Languages Pub. House, Moscow).

३. The Interpretation of Dreams—Modern Library,

दुनिया, असमीत भावनाओं और अपूर्ण विचारों की एक ऐसी आदिम दुनिया है, जिस के अध्ययन से हमें मानव के मानसिक जीवन की मूल अवस्थाओं तक का पता चल सकता है^१।”

फ्रायड ने कहा था कि “सपनों का राजपथ हमें अवचेतन के प्रहेलिकामय राज्य तक पहुँचाता है^२।” पर, जब तक वैज्ञानिकों ने सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ नहीं किया था तब तक इस राजपथ पर की गयी यात्राएँ मनोवैज्ञानिकों की ही दिल-चस्पी का विषय थी, और वैज्ञानिक उन के निष्कर्षों को पूर्णतया विश्वसनीय नहीं मानते थे। लेकिन, जब वैज्ञानिकों ने प्रयोगशालाओं में सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ किया, तब इस क्षेत्र में एक मूक क्रान्ति हुई, और अब तो आप, एक दर्शक की हैसियत से, प्रयोगशाला में यह भी देख सकते हैं कि आप के सामने सोये हुए व्यक्ति ने कब स्वप्न देखना आरम्भ किया, वह किस प्रकार के स्वप्न देख रहा है, आदि।

सपनों के वैज्ञानिक अध्ययन का आविष्कार एक आकस्मिक घटना थी। क्रिया-शील निद्रा (रैम-निद्रा) का अध्ययन करते समय वैज्ञानिकों ने देखा कि ऐसी नींद के दौरान, आँखें बड़ी तेजी से और नाटकों के साथ हरकत करती हैं, और यह हरकतें कभी-कभी एक घंटे तक चलती हैं। इन हरकतों के दौरान श्वास-क्रिया भी तेज हो जाती है। काफ़ी दिनों तक प्रयोग करने के बाद, अमरीकी वैज्ञानिक डीमेट और क्लोटमैन आँखों को इन हरकतों और सपनों का सम्बन्ध निर्धारित करने में सफल हो गये। एक अन्य विख्यात स्वप्न-वैज्ञानिक डॉक्टर वैच के शब्दों में—“मानस-शास्त्रियों की मौखिक दुनिया में ई० ई० जी० यन्त्रों, एल्कट्रोडों और मस्तकशल्कक एलैक्ट्रॉनिक यन्त्रों की मदद से शरीरशास्त्रियों ने धावा बोल दिया।”

सपने-वैज्ञानिकों की दृष्टि से

तब से अब तक सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन कर के जो कुछ मालूम किया है, उस का सार यहाँ प्रस्तुत है :

* स्वप्नशास्त्रियों ने सपनों को दो भागों में बाँटा है—सक्रिय सपने और निष्क्रिय सपने। सक्रिय सपनों में हम अपने को भी कुछ करता पाते हैं। निष्क्रिय सपनों में हमारी स्थिति एक दर्शक जैसी होती है। नये-नये विचार हमें ऐसे सपनों से ही प्राप्त होते हैं।

* हम तीन सप्ताह की आयु से सपने देखना आरम्भ कर देते हैं। चार वर्ष की आयु से सपनों की संख्या में वृद्धि होने लगती है। युवावस्था में, जब हम मानसिक रूप से अधिक सक्रिय होते हैं, और हमें सपनों की युक्तिपूर्ण सलाह की जरूरत सब से अधिक होती है, हम सब से अधिक सपने देखते हैं।

१. The World of Dreams by : Henri Bergsen Philosophical Library.

२. The Interpretation of Dreams...Modern Library.

* सोने के बाद पहला सपना प्रायः एक-सवा घंटे बाद दिखाई देता है, और १० मिनट से आधा घंटे तक चलता है। वैसे कुछ लोग एक ही सपना लगातार दो घंटे तक देखते भी पाये गये हैं। उस के बाद सपने डेढ़-घंटे के अन्तर-क्रम से दिखाई षड़ते हैं। सपनों की यह औसत शैली है। व्यक्ति-विशेष के मामले में इस औसत में सामान्य या असामान्य अन्तर भी हो सकता है।

* सपने प्रत्येक व्यक्ति को हर रात दिखाई देते हैं; यह बात अलग है कि वे उसे याद रहे अथवा नहीं। जब तक विशेष बात न हो, सपने याद नहीं रहते।

* सपने देखने में हल्की सी शक्ति जरूर खर्च होता है, पर उस के एवज में प्राप्त लाभ कहीं अधिक होता है, कारण सपनों के जरिये हम अवचेतन के अनेक तनावों से मुक्ति पा जाते हैं, और सुबह उठ कर स्वस्थ और तरोताजा अनुभव करते हैं।

* स्वप्न शास्त्री क्लीटमैन के सहायक एसेरिन्सकी की वैज्ञानिक शोधों से पता चला है कि स्वप्नों की तीव्रता और समाधान के अनुपात में आँखों की पुतलियाँ भी घूमती रहती हैं। ऐसा घंटों तक हो सकता है—देर तक चलने वाले सपनों के बारे में—और एक रात में पाँच-छह बार भी।

* स्वप्न देखते समय अल्फा तरंगें चलना आरम्भ कर देती हैं। ये वही तरंगें हैं जो जागृत या अर्द्धजागृतावस्था में भी चलती दिखाई देती हैं। इस से यह वैज्ञानिक निष्कर्ष निकलता है कि स्वप्न देखते समय हम पूर्ण निद्रा में नहीं होते, कारण मध्यम और गहरी नीद में अल्फा तरंगें एकदम गायब हो जाती हैं।

* सपने मानसिक क्लेशों के कारण आ सकते हैं, पर ये क्लेश उन का मूल कारण नहीं हैं। स्वप्न नीद और जीवन का एक प्राकृतिक अंग है। सपने देखना स्वास्थ्यदायक है, कारण सपने न दिखाई दें तो हम अवचेतन के असहनीय दबावों और तनावों से दब कर पागल हो जायें।

* हर रात हमें औसतन पाँच-छह सपने दिखाई देते हैं। सपनों में हमारी सहभागिता अकसर तीसरे सपने में सब से अधिक होती है।

* यह धारणा गलत है कि सपने में सब घटनाएँ एक कौंध के साथ घटती हैं। सपने में किसी घटना या दृश्य का प्रदर्शन संक्षेप में या थोड़े समय के लिए ही नहीं होता, कभी-कभी तो उस में उतना ही समय लगता है, जितना वास्तविक घटना के दौरान लगता है।

* सपने देखते समय हम करवट कभी नहीं बदलते, और हमारे अवयव साधारणतः निश्चल ही होते हैं।

* यह धारणा भी गलत है कि स्त्रियाँ पुरुषों की अपेक्षा अधिक स्वप्न देखती हैं। वैसे, कल्पनाशील और अतिव्यस्त व्यक्तियों को साधारण व्यक्तियों की अपेक्षा ज्यादा सपने दिखाई देते हैं।

* सपने देखते समय आँखों की पुतलियों की हरकत वैसी ही होती है, जैसी कोई फ़िल्म देखते समय। सपने में दिखाई देने वाले दृश्य को देखते-देखते हम बड़बड़ा भी सकते हैं (कभी-कभी तो एक-दो मिनट तक भी), मुसकरा सकते हैं, और हमारी भाँहों पर सलवटें भी पड़ सकती हैं। यह सपने में दिखाई देने वाले दृश्य और हमारे मूड पर निर्भर करता है।

* सपनों में हमें सिर्फ 'दिखाई' ही नहीं देता, 'सुनाई' भी देता है। दरवाजे की घंटी की आवाज टेलीफोन की घंटी की भाँति सुनाई दे सकती है।

* कुछ लोगों को 'टेकनीकलर' (इन्द्रधनुषी) सपने भी दिखाई पड़ते हैं।

* सोने से पहले ज़रूरत से ज़्यादा खा लेने पर स्वप्न—और खास तौर पर दुःस्वप्न—अधिक दिखाई पड़ते हैं। कारण, ऐसी अवस्था में आमाशय और मस्तिष्क, अधिक रक्त-प्रवाह के कारण अत्यधिक उत्तेजित हो जाते हैं, और यह उत्तेजना स्वप्नों के रूप में व्यक्त होती है।

* वैज्ञानिक रूप से यह सच है कि एक ही समाज और जाति के व्यक्तियों को दिखाई देने वाले सपनों का ढाँचा और दायरा लगभग एक सा ही होता है। मिसाल के तौर पर समुद्र-तट पर स्थित एक गाँव के निवासियों को सपनों में अधिकतर नारियल के पेड़ों से नारियल ही गिरते दिखाई दिये, जब कि दूसरे गाँव के निवासियों को ऐसा बिलकुल नहीं दिखाई दिया।

* हमारी नींद का लगभग पाँचवा या चौथाई भाग सपने देखने में व्यतीत होता है। कुछ लोग इस से कम या इस से अधिक समय तक भी स्वप्न देख सकते हैं।

* हमारे मस्तिष्क में एक केन्द्र ऐसा है, जो सोचने और याद रखने का काम करता है। यह स्वप्नावस्था में अपनी गतिशीलता कम कर के आराम करता है, पर इस के कुछ स्नायु संकटकालीन समाचार प्राप्त करने के लिए तब भी सजग रहते हैं। टेलीविजन की भाँति काम करने वाले इस केन्द्र की सतर्कता से ही हम, संकट उपस्थित होने पर, सोते और सपने देखते समय भी जाग जाते हैं।

* हमारे चेतन मन का 'सेन्सर' सपनों में भी जागता रहता है, और वह आत्मरक्षा की नैसर्गिक प्रवृत्ति के कारण कभी-कभी नहीं चाहता कि पिछली रात को देखे गये कुछ अप्रिय या भ्रमकारी सपने हमें 'याद' रहे। इसी कारण हम अधिकांश सपने भूल जाते हैं, कारण अधिकांश सपने ऐसे ही होते हैं, जो हमारे चेतन मन को या अप्रिय भ्रमकारी प्रतीत होते हैं। इसी 'सेन्सर' को भ्रम में डालने के लिए कभी-कभी हमारा अवचेतन, हमारी दमित इच्छाओं और आकाशाओं को प्रतीकात्मक सपनों के रूप में अभिव्यक्त करता है।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हैबलाक एलिस के इस कथन से सहमत हैं कि "स्वप्न ऐसी प्रक्रिया है, जिस के द्वारा हमारे विचारों में संगतता आती है।" इसी कारण, निपट पागल सपने नहीं देख पाता, क्योंकि उस में सोचने की शक्ति नहीं होती।

इस के विपरीत, अर्द्धविक्षिप्त व्यक्ति साधारण व्यक्ति से अधिक सपने देखता है।

* सपने अन्धे व्यक्तियों को भी दिखाई देते हैं, पर उन के सपनों में दृश्यों का अंश कम होता है, ध्वनियों का अंश अधिक। यूँ भी, सामान्य सपनों में दृश्यों का अनुपात ६० प्रतिशत के करीब होता है, और शेष समय हम सपनों के दृश्यों को सुनने और सूँघने आदि में व्यतीत करते हैं। पर, जन्मान्ध व्यक्ति को दृश्यविहीन सपने ही दिखाई देते हैं।

* सपनों में काल की जो अभिव्यक्ति दिखाई देती है, वह यथार्थपूर्ण हो भी सकती है, और नहीं भी हो सकती। सपने के क्षण की अवधि भले ही हमें क्षणिक लगे, पर वास्तविकता यह है कि सपने में किसी कार्य को पूरा होने में उतना ही समय लगता है, जितना उसे याद करने में लगता है।

वैसे, काल और क्रिया की इसी शीघ्रलिपि से सपने कभी-कभी अपनी प्रतीक-भाषा में सारे विगत जीवन का समीक्षात्मक अवलोकन 'क्षण भर में' भी कर लेते हैं। यह कथन कि डूबता हुआ आदमी डूबने से पहले, क्षण भर में अपने समूचे जीवन पर दृष्टिपात कर लेता है, एकदम सच है।

* स्वप्नरहित नींद के बाद हम काफी बेचैन रहते हैं, और पहले से अधिक नींद की आवश्यकता अनुभव करते हैं।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हैबलाक एलिस के इस कथन से पूरी तरह सहमत है कि 'यदि हमारे सपने हम से कहीं अधिक अनैतिक प्रतीत होते हैं, तो उन्हें हमारे स्वभाव का द्योतक नहीं समझा जाना चाहिए।'^१

* यदि हमें किसी सपने के बीच जगा दिया जाये, तो हमारा अवचेतन अगली नींद के दौरान सब से पहले अपने अधूरे सपने को ही पूरा करेगा। कारण? जिस समस्या का निदान हम इस सपने के माध्यम से खोज रहे थे, उस के पूरा होने तक हमारे अवचेतन को चैन नहीं मिलेगा।

* काफ़ी शोधों के बावजूद, दुनिया भर के स्वप्न-शास्त्री अभी तक यह जानने में असमर्थ हैं कि कभी-कभी हजारों मील की दूरी पर घटती हुई कोई घटना ठीक उसी समय, अन्य देश के एक व्यक्ति को सपने में हूबहू कैसे दिखाई दे जाती है; सपने में ऐसी किसी घटना का आभास किस प्रकार मिल जाता है, जिस का हम से कोई सम्बन्ध नहीं होता, और जो या तो घट चुकी है, या आगे चल कर घटने वाली हो आदि-आदि।

* क्या दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनों के लिए अलग-अलग अर्थ रखता है?

चौथी सदी में सिनेसियस नामक पादरी ने, जो प्लेटों के शिष्य थे, कहा था कि दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनों के लिए अलग-अलग अर्थ रखता है।

१. 'वर्ड ऑफ़ ड्रीम्स'—हैबलाक एलिस

आधुनिक काल में इस दिशा में जो शोध-कार्य हुआ है, उस से भी यदि सिद्ध होता है कि एक ही सपना, यदि दो व्यक्तियों को दिखाई दे, तो उस के अर्थ अलग-अलग होंगे।

जब हम परेशान होते हैं, तब हमें सपने भी कष्टदायक दिखाई देते हैं। तब सपने हमें हमारी परेशानी से मुक्त होने का मार्ग दिखाने का प्रयत्न करते हैं।

हमारा अवचेतन मन असंख्य पुराने यादों और अनुभूतियों के आधार पर, एक 'हल', जो हमारे विवेक को मान्य हो सके, ढूँढ़ निकालता है, और प्रतीकों द्वारा सपनों में हमें पेश करता है। इस प्रक्रिया में अवचेतन को काल के बन्धन में नहीं बँधना पड़ता।

स्वप्नों की व्याख्या

हमारे पुरखे स्वप्नों के बारे में वैज्ञानिक प्रयोग भले ही न कर पाये हों, पर अपनी अन्तर्मुखी दृष्टि और विवेचन-शक्ति के सहारे स्वप्नों की व्याख्या अवश्य कर लेते थे। उन की अनेक व्याख्याएँ, जिन का उल्लेख हम पीछे कर आये हैं, आज के स्वप्न-विशेषज्ञों को भी मान्य हैं, और मनोवैज्ञानिक कसौटी पर खरी उतरी हैं।

कुछ लोग मनमाने ढंग से स्वप्नों की व्याख्या कर लोगों को ठग भले ही लें, पर स्वप्नशास्त्रियों के लिए स्वप्नों की व्याख्या हमारी उन दमित और अव्यक्त इच्छाओं और आकांक्षाओं को जानने की कोशिश है, जिन का सीधा सम्बन्ध हमारे स्नायुविकारों से है। इस प्रकार, कुशल मनोविज्ञानवेत्ता द्वारा की गयी हमारे सपनों की व्याख्या हमारे मनस्तापो और स्नायु-व्यतिक्रमों का हल भी प्रस्तुत कर सकती है।

स्वप्न-व्याख्या की अपनी विश्व-विख्यात पुस्तक 'द इन्ट्रिगेशन ऑफ ड्रीम्स' में स्वप्नों की व्याख्या को वैज्ञानिक दर्जा प्रदान करने वाले स्वप्नशास्त्री फ्रायड का कहना है कि "सपनों को याद कर, तथा उन में उजागर हुए तत्त्वों के प्रकाश में उत्तेजना-प्रवण व्यक्ति, कुशल मनोवैज्ञानिक की सहायता से अपनी नाड़ी-चिकित्सा स्वयं कर सकता है, कारण स्वप्न उसे स्नायु-विकारों का मूल कारण जानने में सहायता प्रदान कर सकते हैं। हमारा चेतन भले ही प्रतिवाद करता रहे, पर सपने सदा हमारे मनोव्यापार और आन्तरिक जीवन का सच्चा चित्र प्रस्तुत करते हैं। सपनों में अभिव्यक्त मानस-क्रिया अस्वैरी और अनैच्छिक तो होती ही है, उस पर हमारे सचेतन दृष्टिकोण का भी कोई प्रभाव नहीं होता। सपने न हमारे विचारों की कद्र करते हैं, न हमारे तर्क-वितर्कों की, और न प्रिय कल्पनाओं की। वे तो वस्तुस्थिति का एकदम सही चित्रण करते हैं।" जुंग ने भी अपने अनुभवों के आधार पर कहा है कि "सपने हमारी आशाओं और अपेक्षाओं से अधिक जानकारी प्रदान करते हैं, और शारीरिक तथा मानसिक रोगों का अचूक निदान भी।"¹

१. The Undiscovered Self—Doubleday.

इस बारे में तो सभी स्वप्नशास्त्री एकमत हैं कि सपने मनुष्य की दमित इच्छाओं को व्यक्त करते हैं, पर फ्रायड यह मानते थे कि ऐसी इच्छाएँ सेक्स-प्रेरित ही होती हैं, और स्वप्नों के प्रायः सभी प्रतीक किसी न किसी रूप में मनुष्य की नग्न सेक्स-भावना को ही व्यक्त करते हैं। परन्तु उन के बाद आने वाले स्वप्नशास्त्रियों ने उन की इस मान्यता को गलत सिद्ध कर दिया है। वे स्वप्नों की व्याख्या करते समय उसे पूर्व निश्चित ढाँचों में नहीं ढालते या बाँधते, बल्कि यह मानते हैं कि अवचेतना की विराटता को ध्यान में रखते हुए स्वप्न-व्याख्या का काम अत्यन्त जटिल और दुर्लभ है और प्रत्येक स्वप्न की नाप-जोख स्वतन्त्ररूप से और व्यापकता के साथ हीनी आवश्यक है।

सपनों की निराली भाषा

एक आधुनिक मनोवैज्ञानिक का यह कथन कितना सच है कि—“सपनों की भी अपनी एक भाषा है, जिसे उस का ज्ञाता ही सही ढंग से पढ़ सकता है। सपनों की भाषा पढ़ते समय, और उन के अर्थ समझते समय सब सिद्धान्तों को ताक में रख देना चाहिए। जिस स्वप्न की व्याख्या न हो सके, उसे ऐसा स्वप्न मानिए जिस की व्याख्या ठीक ढंग से नहीं हो पायी है।”

स्वप्न-सिद्धान्तों में पिछले दो-तीन दशकों में इतने अधिक परिवर्तन हुए हैं और निरन्तर होते जा रहे हैं कि एक मानसशास्त्री ने हाल में कहा था, “स्वप्न-व्याख्या के अविश्वसनीय क्षेत्र में सिवाय अनिश्चितता के कुछ और निश्चित नहीं है।”

किसी अकेले और अज्ञात स्वप्न को सही व्याख्या करने की कोशिश को दुस्साहस ही कहा जायेगा। इस लिए बाजार में बिकने वाले स्वप्न-ग्रन्थों में वर्णित स्वप्न-व्याख्याओं के आधार पर ही अपने सपनों की व्याख्या कभी मत कीजिए, कारण इस से आप गलत निष्कर्षों पर पहुँच सकते हैं। जैसे, सपनों में अपने को मृत देखने की एक ही व्याख्या सभी व्यक्तियों पर समान रूप से कभी भी लागू नहीं हो सकती। योग्य मानसशास्त्री एक स्वप्न की व्याख्या करते समय व्यक्ति के स्वभाव, आदतों, आकांक्षाओं आदि का पूरा अध्ययन करता है, तथा उस सपने के अलावा उस व्यक्ति के अन्य सपनों को समझने की कोशिश भी करता है। तभी वह स्वप्न प्रतीक के सच्चे अर्थ समझ पाता है।

कुशल मानसशास्त्री प्रत्येक स्वप्न को उतनी ही गम्भीरता से लेता है, जितना वास्तव में घटी किसी घटना को। सपनों की सही व्याख्या हमारे सचेतन दृष्टिकोण को सही दिशा प्रदान करने में बहुत अधिक सहायक हो सकती है। प्रत्येक स्वप्न हमें नयी जानकारी ही नहीं प्रदान करता, एक ऐसा साधन भी प्रदान करता है, जिस की मदद से हम अपने नये व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते हैं। इस प्रकार, सपनों की व्याख्या महज एक खिलवाड़ नहीं है, एक गम्भीर कार्य है। इस बारे में विस्तृत और

सीदाहरण चर्चा, पुस्तक के अन्तिम खण्ड में की गयी है।

स्वर्ग के सुख-वैभव के बीच भी आदमी को उदास देख कर भगवान् ने उस से बड़ी स्नेहिल वाणी में पूछा—“क्यों उदास हो पुत्र ? तुम्हें यहाँ किस वस्तु का अभाव है ?” आदमी ने कहा—“मैं पृथ्वी पर अपनी एक ऐसी निधि भूल आया हूँ, जिस के सामने स्वर्ग का सारा वैभव भी व्यर्थ है।” भगवान् के पूछने पर उस ने उत्तर दिया—“वह निधि है वे सपने जो मैं ने पृथ्वी पर एकान्त में संजोये थे।” भगवान् के पास इस का कोई उत्तर न था।

तो, इतने प्रिय है, सपने आदमी को ! और, यही सपने जब इच्छानुसार साकार हो जायें तब आदमी निराशा के गर्त में भी डूब सकता है, और सफलता की ऊँची से ऊँची सीढ़ियों पर भी चढ़ सकता है।

आइए, अब इच्छित सपने साकार करने की क्रिया-विधि—सम्मोहन-विद्या—के बारे में कुछ जानकारी प्राप्त करें। सम्मोहन विद्या एक ऐसा कौतुक है, जिस से व्यक्तित्व के सूक्ष्म अध्ययन में ही सहायता नहीं मिलती, अपितु मनानुकूल व्यक्तित्व का निर्माण भी किया जा सकता है। सीधे-सादे शब्दों में कहा जाये तो “सुन्दर सपने संजोइए सफल बनिए।”

सुन्दर सपने : सफलता का रहस्य

मनोवाञ्छित सपनों को साकार करने की क्रियाविधि (जिसे सम्मोहन-विद्या के नाम से पुकारा जाता है) ने आज वैज्ञानिक अनुसन्धान और चिकित्सा के क्षेत्रों में अत्यन्त महत्वपूर्ण स्थान ग्रहण कर लिया है। कुछ वैज्ञानिक तो यहाँ तक कहते हैं कि इस क्रिया-विधि से जो चमत्कारिक कार्य-साधन होता है, वह अन्य किसी विधि या साधन से सम्भव नहीं हो सकता।

“सम्मोहन हाइड्रोजन बम से भी अधिक खतरनाक सिद्ध हो सकता है।”^१
आइए देखें, इस का कारण क्या है ?

सुविकसित और सुसन्तुलित व्यक्तित्व की एक अनिवार्य शर्त यह है कि हमारे संवेगों में आपस में संघर्ष न हो, बल्कि वे हमें उत्साही, आशावादी और समझदार बनाने में सहायक हों। इन संवेगों को रचनात्मक मोड़ प्रदान करने की जो अद्भुत शक्ति इस क्रिया-विधि में है, वह अन्य किसी विधि या साधन में नहीं है।

सम्मोहन की अपरिमित शक्ति का रहस्य

दुर्भाग्यवश, अधिकांश लोग सम्मोहन के सच्चे स्वरूप से परिचित नहीं हैं। वे उस की क्रिया-विधि को या तो खेल समझते हैं, या एक धोखा। पर, सम्मोहन की क्रिया-विधि न खेल है, न धोखा। उस की अचूक सफलता का रहस्य स्वयं उस व्यक्ति के अन्तर्मन में ही है, जिस की इच्छा को स्थानापन्न कर के सम्मोहनकर्ता अपनी इच्छा बैठाने में समर्थ हो जाता है। अर्थात् सम्मोहनावस्था में व्यक्ति के सभी कृत्य उस की अपनी ही इच्छा का परिणाम होते हैं, लेकिन वह इच्छा स्वतःस्फूर्त नहीं होती, सम्मोहनकर्ता अपने सुझावों और संकेतों के माध्यम से उस से यह कृत्य कराता है। जो भी सम्मोहनकर्ता सुझाता है कि व्यक्ति सोचे या करे, वही वह सोचने या करने लगता है। सम्मोहनकर्ता को दूसरे व्यक्ति से वाञ्छित और अनुकूल व्यवहार करवा लेने वाली प्रचण्ड शक्ति, जो प्रेम, सुख और स्वास्थ्य आदि रचनात्मक सुझावों से व्यक्ति में बल, उत्साह और आरोग्य का संचार कर सकती है, और भय, घृणा आदि विनाशक सुझावों द्वारा निर्बलता, निहत्साह और रोगों का संचार, स्वयं उस

१. केन पर्डी—‘प्लेबॉय’, फरवरी, १९६१ (Ken Purdy Playboy : Feb 1961)

व्यक्ति के अन्दर ही मौजूद रहती है, जिसे सम्मोहित किया जाता है,। ऐसा सोचना गलत है कि सम्मोहनकर्ता की प्रबलतर इच्छा ही सम्मोहित व्यक्ति की इच्छाओं को अभिभूत कर उसे अपना 'दास' बना लेती है। इसी प्रकार, यह धारणा भी आधारहीन है कि दुर्बल और अन्तर्-एकाग्र मन वाले लोग आसानी से सम्मोहित हो जाते हैं, और प्रबल और एकाग्र मन वाले व्यक्ति सम्मोहन के सहज शिकार नहीं बनते। इस के विपरीत, प्रबल इच्छा वाले व्यक्ति जल्दो और आसानी से सम्मोहित हो सकते हैं, बशर्ते उन की इच्छाएँ वही हों जो सम्मोहनकर्ता उन्हें सम्मोहनावस्था में अपने सुझावों के रूप में व्यक्त करे। सम्मोहन को असामान्य शक्ति का आधार और रहस्य सम्मोहित हो जाने वाले व्यक्ति का मन ही है—बाह्य मन नहीं, अन्तर्मन, चेतन मन नहीं, अवचेतन मन। इसी अन्तर्मन या अवचेतन मन पर जो-जो विचार सम्मोहन या आत्म-सम्मोहन द्वारा अंकित होते हैं, वे ही बाह्य कृत्यों और चेष्टाओं में प्रकट होते हैं। शरीर का प्रत्येक अवयव ज्ञानतन्तुओं के आदेशानुसार ही कार्य करता है, और इन ज्ञान-तन्तुओं को प्रभावित करता है अन्तर्मन। सम्मोहन की मदद से अपने अन्तर्मन को नवीन दिशा प्रदान कर, ज्ञान-तन्तुओं को बलवान बनाइए, और आत्म-बोधन (सेल्फ-सजेशन) द्वारा गलत विचारों को अपने अधिकार में ला कर, एक नयी प्रेरणाशक्ति का अनुभव कीजिए। यही मुख्य उद्देश्य है सम्मोहन के बारे में चर्चा करने का।

सही ढंग से किये गये सम्मोहन से न केवल शारीरिक और मानसिक रोग—विकार दूर हो जाते हैं, अपितु वह दीर्घकाल से हमें परेशान करती आ रही ग्रन्थियाँ, जैसे हीनमन्यता से भी छुटकारा दिलाता है। और जो काम सम्मोहन कर सकता है, वह 'प्रेरित' सपने भी कर सकते हैं। उन के प्रभाव से विरोध—भावनाएँ दूर हो जाती हैं, और परिवर्तन करने की इच्छा प्रबल हो जाती है।

पर, आप पूछ सकते हैं कि क्या ऐसा चमत्कार दृढ़ संकल्प-बल के माध्यम से सम्भव नहीं? इस का उत्तर 'हाँ' भी हो सकता है, 'ना' भी।

आत्मबोधन की उपयोगिता

एमिली को, जिन्होंने आत्मबोधन की उपयोगिता तथा महत्ता को प्रयोगों से प्रमाणित किया, का कथन है : "हमारी संकल्प-शक्ति हम से कुछ नहीं कराती, कराती है हमारी भावना-शक्ति। यदि कभी-कभी ऐसा प्रतीत भी हो कि हम वही कर रहे हैं, जिस का हम ने संकल्प किया था, तो वह केवल इसीलिए होता है कि उस कृत्य को हमारी भावना-शक्ति का समर्थन प्राप्त है। जब-जब संकल्प-शक्ति और भावना-शक्ति में संघर्ष होता है, अन्तिम विजय सदा भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति की होती है।"^१

१. The Practice of Autosuggestion—by : Emile Cove (Dodd, Mead & Co.)

स्मृति पर थोड़ा-सा जोर डालने पर आप को स्वयं अपने ही जीवन के ऐसे अनेक उदाहरण याद आ जायेंगे, जब आप ने किसी काम को जितना ही जोर लगा कर करने की कोशिश की थी, उतना ही वह मुश्किल और असम्भव बनता चला गया। पर, जैसे ही आप ने अपने को ढीला छोड़ कर उसे करना 'चाहा', उस के करने की कल्पना की, वह बड़ी आसानी से हो गया।

किसी काम को सहजता से करना हो, तो उसे करने का संकल्प-मात्र मत कीजिए, 'चाहिए' इच्छा कीजिए कि वह अच्छी तरह हो जाये, कल्पना कीजिए कि वह हो रहा है। फिर देखिए, वह काम कितनी जल्दी, कितनी सहजता से और कितनी अच्छी तरह हो जाता है।

संकल्प, बिना आन्तरिक चाह के, कोई कार्य नहीं कर सकता।

अवचेतन मन पर नियन्त्रण कर सकने की कुंजी सिर्फ भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति के ही हाथों में है। हमारी भावना-शक्ति या कल्पना-शक्ति जिस सुझाव या प्रभाव को ग्रहण कर लेती है, वही स्थायी रूप से हमारे मन में अंकित रहता है। इसीलिए, विज्ञापक जिसे अपनी वस्तु या सेवा आप को बेचनी है, आप की भावनाओं और कल्पना-शक्ति को ही अपील करता है, तर्क-शक्ति को नहीं। आत्म-विश्वास और उत्साह से की गयी उस की ऐसी अपील कभी व्यर्थ नहीं जाती।

अमरीका के सिडनी स्नोडर ने बिजली से चलने वाले एक ऐसे यन्त्र का आविष्कार किया है, जिस से ९० प्रतिशत व्यक्तियों को तीन मिनट के अन्दर सम्मोहित किया जा सकता है। यह यन्त्र टेलीविजन के सिद्धान्त पर आधारित है। इस यन्त्र की सफलता ने यह सिद्ध कर दिया है कि हमारे मस्तिष्क में विद्युत्-शक्ति का संचय होता रहता है, और घर्षण से इस शक्ति को उत्तेजित किया जा सकता है। यदि इस दिशा में हो रहे रूसी और अमरीकी वैज्ञानिकों के प्रयोग सफल हो गये, तो टेलीविजन-सिद्धान्त के आधार पर मस्तिष्क में जब जी चाहे तब किसी भी इच्छित विचार, दृश्य या ध्वनि को प्रेषित किया जा सकेगा। इन शोधकर्त्ताओं का कहना है कि अनेक पशु अपने विचारों को अपने परिचितों के मस्तिष्क में सम्प्रेषित करने की कला में माहिर होते हैं। "Forever Free" के लेखक के अनुसार, इस पुस्तक की नायिका शेरनी अपने से काफी दूरी पर खेल रहे अपने बच्चों से इसी पद्धति से विचार-प्रेषण करके 'बातचीत' करती थी।

न्यूयार्क के एक डॉक्टर जैरोम हैड का कहना है कि उन्होंने दमा, सर-दर्द, रक्त-चाप, त्वचा रोग, अनिद्रा, हिस्टीरिया, व्रण तथा अन्य शारीरिक रोगों के रोगियों को, बिना किसी दवा या ऑपरेशन की मदद के, सिर्फ सम्मोहन के प्रयोग से अच्छे होते देखा है। चिकित्सकों के प्रमुख पत्र 'लैसेट' में कुछ दिन पहले एक लेख छपा था, जिस में बताया गया था कि ब्रिटेन के दन्त-चिकित्सक डॉ० ब्रामवैल ने दाँतों के कई ऑपरेशन, सम्मोहन की सहायता से सफलतापूर्वक किये। उन्होंने अपने रोगियों को

बेहोशी की कोई दवा नहीं दी। ऐसे कई ऑपरेशन दर्शकों को टेलीविजन पर भी दिखाये गये थे। ब्रिटिश मेडिकल एसोसिएशन ने तो सम्मोहन को किसी भी तरह की शल्य-क्रिया में मूर्च्छा का साधन मान कर उस की फीस भी निश्चित कर दी है, जो ७०० रुपये के लगभग है।

मानसिक रोगों के इलाज में तो सम्मोहन सचमुच रामबाण औषधि सिद्ध हुआ है। सम्मोहन की मदद से डॉ० विलियम मैकडूगल ने ५५ साल के एक ऐसे रोगी का इलाज किया था, जिसे हमेशा यह डर घेरे रहता था कि कोई अज्ञात व्यक्ति उस का पीछा कर रहा है। डॉक्टर ने उसे सम्मोहित करके इस व्यामोह का मूल कारण खोज निकाला। रोगी जब ६ साल का था, तब उसे सूखे फलों की एक दुकान से कुछ मेवे चुराते हुए, दुकानदार ने पकड़ लिया था। पकड़े जाने पर, वह चीख कर बेहोश हो गया था। तभी से यह डर उस के अन्तर्मन में व्याप्त था। डॉक्टर ने इस भय की निर्मूलता का सुझाव दे कर, उसे भयमुक्त कर दिया।

रूसी सम्मोहन-विशेषज्ञ प्लेटोनोव के पास २७ साल की एक महिला आयी। जिस की शिकायत यह थी कि वह गंजी होती जा रही है। पूछताछ के दौरान उस ने बताया कि बचपन में उसे एक डॉक्टर को कहते सुना था कि गंजेपन की शुरुआत किसी मानसिक आघात के फलस्वरूप होती है, पर दूसरा मानसिक आघात लगने पर गंजापन अपने आप दूर हो जाता है, और यह क्रम इसी प्रकार चलता है। इस के बाद उसे पहला मानसिक आघात पिता की मृत्यु पर लगा, और इस घटना के तुरन्त बाद “उस ने अपने सर में खुजलाहट महसूस की थी।” पर, छह महीने बाद, माँ की आकस्मिक मृत्यु का आघात सहने के बाद “यह खुजलाहट अपने आप बन्द हो गयी।” तीसरा आघात उसे कुछ दिन पहले लगा था, जब उस के बच्चे को चोट लगी थी। और तब से ही वह महसूस कर रही है कि “वह गंजी होनी शुरू हो गयी है”।

प्लेटोनोव ने उसे कई बार सम्मोहित करके यह कहा कि डॉक्टर का बताया हुआ गंजेपन का कारण एकदम निराधार था, और उस का तथाकथित गंजापन शीघ्र ही हमेशा-हमेशा के लिए दूर हो जायेगा। और, ऐसा हुआ भी। कुछ ही हफ्तों में उस की गंजेपन की शिकायत हमेशा के लिए दूर हो गयी।

आत्मसम्मोहन के जीते-जागते चमत्कार

अमरीका के सम्मोहन-विशेषज्ञ आर्थर एलेन पिछले २५ वर्षों से सम्मोहन के प्रयोग से खिलाड़ियों, गायकों, कलाकारों आदि की सहायता करते चले आ रहे हैं। १९५१ में उन्होंने बिलरेस नाम के पियानो-वादक का ‘इलाज’ किया था, जो चौपिन के एक कनसर्टो को एक चरमलय इसलिए छोड़ देता था कि उसे पियानो पर बना नहीं पाता था। इस के लिए उसे अपने मालिक और आलोचकों की आलोचनाओं का शिकार बनना पड़ता था। जब वह एलेन की शरण में आया, तो एलेन ने उसे सम्मोहित करके

इस चरमलय से सम्बन्धित सब बातें बताने को कहा। लिबरेस ने, बचपन की एक घटना (जिसे उस का चेतन मन बिलकुल भूल गया था) याद करते हुए बताया कि एक बार उस के पिता ने इस चरमलय को पियानो पर ठीक न बजा पाने के कारण उसे बहुत डाँटा, और मारा-पीटा था। एलेन के कुछ सहानुभूतिपूर्ण सुझाव सुन कर, इस चरमलय के प्रति उस का मानसिक अवरोध चमत्कारिक ढंग से समाप्त हो गया और वह उसे भलीभाँति बजाने लगा।

बिल दामोन नामक अमरीकी गायक, एक महत्त्वपूर्ण संगीत-सम्मेलन से पूर्व, जिस में अभिनेता फ्रैंक सिनात्रा भी उपस्थित होने वाले थे, सहसा बहुत अधिक अधीर और भयातुर हो गया। ऐसी हालत में वह सम्मेलन में अच्छी तरह नहीं गा पायेगा, यह वह जानता था। वह एलेन से मिलने गया। एलेन ने इस अधीरता और भयातुरता का मूल कारण दामोन को सम्मोहित कर के जान लिया। असल में, कुछ साल पहले, ऐसे ही एक संगीत-सम्मेलन में, सिनात्रा को दर्शकों के बीच देख कर दामोन ने उसे कृतज्ञता-पूर्वक शौम्पेन की एक बोतल भिजवायी थी। “सिनात्रा ने धन्यवाद देना तो दूर रखा, मुझे दूध की एक बोतल भिजवा दी, जिस के अर्थ मैं ने यह लगाये कि वह गायन के क्षेत्र में मुझे बच्चा समझते थे। मुझे इस से बड़ा सदमा पहुँचा।”

एलेन ने उस से कहा कि सिनात्रा का यह मतलब न रहा होगा, दूध की बोतल उस ने मजाक के तौर पर भेजी होगी। उस ने कहा कि वह यह कल्पना करे कि वह स्टेज पर अपने सब से मधुर स्वर में गा रहा है।”

सम्मोह निद्रा से जागने पर दामोन की यह बात याद रही, और उस की अधीरता और भयातुरता एक दम गायब हो गयी। सम्मेलन में उस के शानदार गायन की प्रशंसा सब ने की। सिनात्रा को ले कर जो भय उस के अन्तर्मन में था, वह बिल्कुल जाता रहा।

हूस्टन विश्वविद्यालय की बास्केटबाल टीम टेक्सास की बास्केट बाल टीम से एक मैच हार चुकी थी। अगले मैच से पहले एलेन ने हूस्टन विश्वविद्यालय के खिलाड़ियों को सम्मोहितावस्था में ला कर ऐसा प्रेरित किया कि उन्होंने अगले मैच में अपने शक्तिशाली प्रतिद्वन्द्वियों को ७५-६५ से हरा कर ही दम लिया।

बास्केटबाल के एक अन्य मैच में ६ फुट ५ इंच ऊँचा एक खिलाड़ी खेलने को तैयार न था। उस का कहना था कि उस के पाँव में इतना दर्द है कि वह चल भी नहीं सकता। डॉक्टर ने उस को जाँच कर के कहा कि पाँव की तकलीफ़ इतनी मामूली है कि एक खास जूता पहनने से दूर हो जायगी। पर, डॉक्टर की इस सलाह के बावजूद, उस खिलाड़ी का ‘दर्द’ दूर न हुआ। एलेन ने उसे सम्मोहनिद्रा में सुला कर उस से ही यह मालूम किया कि उस के ‘दर्द’ का मूल कारण यह है कि उस के सब प्रतिद्वन्द्वी उस से बड़े—६ फुट ७ इंच—के हैं, और वह उन के आगे कुछ न कर पायगा। एलेन ने उस से कहा कि क्रद में छोटा होते हुए भी, वह अपने प्रतिद्वन्द्वियों को हरा

देगा।” सम्मोहनिद्रा से जागने पर मैं ७ फुट ऊँचा महसूस कर रहा था।” उस खिलाड़ी ने बाद में कहा। मैच में भी वह निर्भयतापूर्वक खेला।

बेसबाल के कुछ प्रसिद्ध पर हुताश और भयभीत खिलाड़ियों को सम्मोहन द्वारा स्वस्थ और आशावादी कर के, एलेन ने सारे अमरीका में नाम कमा लिया है। जब इन खिलाड़ियों को अलग-अलग सम्मोह-निद्रा में सुलाया गया तो प्रत्येक ने एलेन से एक ही बात कही : “मैं अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर चुका हूँ; अब मेरा पतन आरम्भ हो गया है।” एलेन ने हर सम्मोहित खिलाड़ी को विश्वास दिलाया कि उन का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन अभी होना शेष है, तथा वह अगले कई वर्षों तक अमरीका का श्रेष्ठतम खिलाड़ी बना रहेगा।”

सभी खिलाड़ियों ने बेसबाल के अगले सीजन में अपने पिछले प्रदर्शनों से अच्छा प्रदर्शन कर के दिखाया।

अन्य सम्मोहनशास्त्रियों की भाँति एलेन भी कहते हैं : “अंगरेजी की यह कहावत कि शरीर को महसूस होने वाली बहुत-सी तकलीफें शरीर में नहीं होती, और मन के कारण ही महसूस होती हैं, सौ फी सदी सच है। मन को शिथिल कर के उसे रचनात्मक मुझाव दीजिए, सुखदायक कल्पना चित्र बनाइए, देखिए कष्ट कितनी जल्दी गायब होता है। यदि इस पर भी कष्ट दूर नहीं होता, तो या तो उस के इलाज की सचमुच जरूरत है, या आप सचमुच, किसी अज्ञात कारण से, अपनी सुरक्षा की खातिर उस कष्ट को बनाये रखना चाहते हैं।” सम्मोहनावस्था में आदमी का अवचेतन मन सक्रिय रहता है, और चेतन मन या तो दर्शक की भाँति अवचेतन मन के कारनामों को देखता रहता है, या, आदेश पाने पर एक दास की भाँति उन आदेशों का पालन करता है।”

कोई जरूरी नहीं कि आप अपने अवचेतन को सही आदेश या सुझाव दिलाने के लिए बार-बार सम्मोहन-विशेषज्ञों और मनोवैज्ञानिकों की शरण में जायें। आत्मबोधन (Auto-suggestion) द्वारा आप यह काम खुद भी कर सकते हैं। अधिक धूम्रपान, मद्यपान, हकलाना, सोते समय बड़बडाना आदि किसी भी गलत आदत को आत्मबोधन द्वारा दूर कर के आप अधिक सुखी और स्वस्थ बन सकते हैं, तथा अपने मनचाहे व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते हैं।

सम्मोहन का रहस्य, सीधा-सादा है। हमारी आदतें और हमारे संस्कार ही वे तत्व हैं, जिन से हमारा जीवन गठित हुआ है। वे मन की अपेक्षा शरीर में अधिक आग्रही हैं, पर उन्हें बदलने के लिए शरीर की ओर ध्यान देने से कोई लाभ नहीं, कारण उन का नियामक है—हमारा अवचेतन मन। अवचेतन मन की विजय जागृता-वस्था में सम्भव नहीं। वह सम्भव है सम्मोहन से ही, जो अवचेतन मन को निष्क्रिय बना देता है। तब हमारी इच्छा-शक्ति, बिना किसी बाधा के सक्रिय हो जाती है और हम वे काम करने लगते हैं जो यदि हम जाग्रतावस्था में करें तो चमत्कारिक लगें।

जाग्रतावस्था में हम अपने को वैसा ही महसूस करते हैं जैसे सचमुच हैं, पर सम्मोहना-वस्था में हम चाहने, कल्पना करने और विश्वास करने मात्र से अधिक स्वस्थ और योग्य हो सकते हैं, और अधिक स्वस्थ और योग्य व्यक्ति के समान आचरण भी कर सकते हैं। जाग्रतावस्था में चीनी को मीठा ही मानने वाला हमारा अन्तर्मन, सम्मोहना-वस्था में निष्क्रिय हो कर, सम्मोहनकर्ता के सुझावों का स्पर्श पा कर, या हमारे ही आत्मबोधन द्वारा उसे खट्टा भी महसूस कर सकता है। सम्मोहन हमें उस अद्भुत शक्ति की कुंजी प्रदान करता है, जो हमारे सब संस्कारों, विचारों, कल्पनाओं और आदतों को सृष्ट करती है।

अपने कल्पना-चित्र के अनुरूप बनिए

आप अगर आज डरपोक हैं, तो आत्म-सम्मोहन की सहायता से कल ही निडर हो सकते हैं। डरपोकपन, कुछ पदार्थों की पीड़ा के भाव के साथ संगति करने, और उस से घबराने की आदत मात्र थी। इस घबराहट से आप के स्नायविक-मण्डल में जो शारीरिक सनसनी पैदा होती है, वही डर है। इस डर को, आप बड़ी आसानी से दूर कर सकते हैं, अपने अचेतन मन को, जिस ने इस की सृष्टि की थी, निर्भयता का आदेश या सुझाव स्वयं दे कर और अपने निडर व्यक्तित्व की कल्पना कर के। मन के भावों की संगति के तत्त्व से बनी सभा आदतें स्यायी या बन्धनकारी नहीं होती, अपितु तरल और परिवर्तनीय होती हैं। आत्मसम्मोहन और आत्मबोधन द्वारा आप इन तरल और परिवर्तनीय आदतों और संस्कारों को इच्छानुसार मोड़ प्रदान कर सकते हैं, जमे हुए संस्कारों को उखाड़ कर अपनी मनोवृत्ति में क्रान्तिकारी परिवर्तन ला सकते हैं।

आत्मबोधन की शक्ति के प्रभाव से सैकड़ों रोगियों को नया जीवन दिलाने वाले एमिली को ने इस शक्ति के बारे में ठीक ही कहा था : “आत्मबोधन की शक्ति के सही प्रयोग से कोई भी व्यक्ति अपना स्वामी खुद बन सकता है।” वे कहते थे कि इस के लिए इस महामन्त्र का जप, मन ही मन हमेशा करते रहना चाहिए : “मैं हर रोज, हर प्रकार से, बेहतर बनता जा रहा हूँ।”^१ देखने में सीधा-सादा लगने वाला यह मन्त्र सचमुच अत्यन्त प्रभावशाली हो सकता है, बशर्ते इसे जपते हुए आप बराबर यह कल्पना भी करते रहें कि आप सचमुच हर प्रकार से बेहतर बनते जा रहे हैं। इस महामन्त्र ने करोड़ों को नया जीवन प्रदान किया है, तो आप को भी क्यों नहीं करेगा ? पूरी श्रद्धा से, सुन्दर सपने सँजोते हुए, आकर्षक कल्पना-चित्र खींचते हुए, इस का जाप करते रहिए; जो आप चाहेंगे, आप को अवश्य मिलेगा, जैसा आप बनना चाहेंगे, अवश्य बन कर रहेंगे। यह याद रखिए कि आप की प्रगति पूर्णतया आप की कल्पना-शक्ति पर निर्भर है। जैसा आप अपने बारे में सोचेंगे, ठीक वैसा ही बन सकेंगे। निपेधात्मक विचार आप की प्रगति को सीमित करते हैं। इस के विपरीत, सुनिश्चित

१. The Practice of Auto-suggestion—by · Enile Govc (Dodd, Mead and Co.)

आप को अकल्पनीय फल दिला सकते हैं। पर ऐसे विचारों को मन में स्थान देने से पूर्व, अपने मन को संशयात्मक विचारों से बिलकुल खाली कर दोजिए यह अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

६० साल की आयु में भी जब लोग रिटायर हो जाते हैं, हालीवुड का अभिनेता कैरी ग्रान्ट, तरुण अभिनेताओं की भाँति चुस्त, तरौताजा और जिन्दादिल है, और हीरो का काम करता है। एक बार किसी ने उस से इस चमत्कार का रहस्य पूछा, तो उस ने कहा—‘यह तो बड़ा आसान है। मैं हमेशा यही कल्पना करता रहता हूँ कि मैं चुस्त, तरौताजा और जिन्दादिल हूँ। इस के विपरीत कभी कल्पना नहीं करता।’

ऐसा नहीं है कि कैरी ग्रान्ट के मन में कभी नकारात्मक विचार आते ही नहीं, पर वे सदा उन से सतर्क रहते हैं। उन के मन में आते ही वे बड़ी सहजता और अत्यग्रता से कई बार अपने आप से ही कहते हैं : “नहीं, इन विचारों से मुझे कोई परेशानी नहीं हो रही है—ज़रा भी नहीं—ये कुछ समय बाद आसमान पर छाये बादलों की नाईं खुद ही छँट जायँगे।” इस के बाद, वे धीरे-धीरे निश्चयात्मक विचारों को मन में आने देते हैं, जो नकारात्मक विचारों को बाहर निकाल देते हैं।

आप भी ऐसा कर के कैरी ग्रान्ट की भाँति स्वस्थ, प्रसन्न और सुखी क्यों नहीं रहते ? हमेशा अपनी कल्पना में अपना ऐसा चित्र ही रखिए, जैसा आप बनना चाहते हैं। देखिए, कितनी जल्दी और कितनी आसानी से आप अपने कल्पना-चित्र के अनुरूप बन जाते हैं।

सफल आत्म-बोधन की चार कुंजियाँ हैं : दृढ़ विश्वास, असन्दिग्धता, असीमित उत्साह और एक ही कल्पना की पुनरावृत्ति। कल्पना की इन्हीं चार कुंजियों की मदद से सफल आत्मबोधन करने वाला, एल्मर ह्वीलर के शब्दों में “खुद को सफलता बेचता है”।

आप का अन्तर्मन एक बाग के समान है। आप जैसी कल्पना के बीज उस में बोयेंगे वैसे ही फल आप को मिलेंगे। यदि आप हमेशा यही कल्पना करते रहेंगे कि ‘मैं कमजोर हूँ, मैं असफल हूँ, मैं हमेशा ऐसा ही बना रहूँगा।’ तो आप सचमुच हमेशा कमजोर और असफल ही बने रहेंगे। पर यदि आप हमेशा यह कल्पना करेंगे कि “मैं सफल हूँ मैं स्वस्थ और सुखी हूँ, और हमेशा ऐसा ही रहूँगा”, तो आप सचमुच हमेशा स्वस्थ, सफल और सुखी ही रहेंगे।

यदि आप को कोई कठिन काम करना है, या कोई कठिन परिस्थिति सामने आ गयी है, तो यह मत सोचिए कि आप उस काम को नहीं कर पायेंगे, या उस कठिन परिस्थिति का सामना करने में असमर्थ हैं। सिर्फ यह भी मत सोचिए कि “मैं मुश्किलों से नहीं डरता।” यह कल्पना कीजिए कि आप उस कठिन कार्य को खुशी-खुशी

१. Psycho-Cybernetics—by : Dr. Maxwell Mathy Prentice-Hale,

और आसानी से कर रहे हैं, या कठिन परिस्थिति का सामना करते समय आप को कोई कठिनाई नहीं हुई है, और आप ने हँसते-हँसते उस का सामना कर लिया है। देखिए, फिर वही होता है या यही, जिस की कल्पना आप ने की थी।

विश्वासपूर्ण उत्कटता से कल्पनाएँ करना और आत्मबोधन द्वारा उन्हें 'खुद को बेचना' सीखिए। आप देखेंगे, जीवन का कठोर मार्ग अत्यन्त सरल बन गया है, और आप अत्युल्लास से उस पर सफलता की मंजिलें पार करते हुए चले जा रहे हैं।

असली सपने : वैज्ञानिक व्याख्याएँ

जैसा कि हम पीछे कह आये हैं, सपनों की अगम-अजानी दुनिया सृष्टि के आरम्भ से ही मानव को जिज्ञासा एवं कौतूहल का विषय बनी हुई है। इतिहास साक्ष्य है कि आदिम मानव ने भी, अपने ढंग से, इस रहस्यमयी दुनिया को देखने और समझने की कोशिश की, तथा सपनों के विशिष्ट अर्थ निर्धारित किये। साठ वर्ष पूर्व तक, सम्य जगत् के अधिकांश निवासी तक यह मानते थे कि सपनों में जो कुछ दिखाई देता है, वह देवताओं, भूत-प्रेतों, दानवों या जादूगरों की कृपा का फल है। भविष्यसूचक सपनों के बारे में ऐसी धारणा थी कि ऐसे सपने किसी अलौकिक शक्ति की देन होते हैं।

पर, फ्रायड तथा उस के अनुगामियों ने इस धारणा को ध्वस्त कर के सपनों के अध्ययन को एक वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया। इतना ही नहीं, उन्होंने यह भी निर्धारित किया कि सपनों के मूल को समझ कर तथा उन की सही व्याख्या कर के (या किसी कुशल स्वप्नशास्त्री से करवा के) आदमी ऐसे अनेक शारीरिक और मानसिक व्याधियों से मुक्त हो सकता है, जिन का उपचार अन्य किसी साधन या विधि से सम्भव नहीं है। सपनों का ऐसा वैज्ञानिक अध्ययन हमें अपने अलावा अपने परिचित व्यक्तियों के स्वभाव को समझने में भी सहायता कर सकता है, जैसा कि आगे के उदाहरणों से स्पष्ट होगा।

स्वप्न देखना उतनी ही स्वाभाविक क्रिया है, जितनी साँस लेना। वैज्ञानिक प्रयोगों से यह भी सिद्ध हो चुका है कि प्रत्येक व्यक्ति रोज स्वप्न अवश्य देखता है। ये पुरानी धारणाएँ एवं मान्यताएँ शलत साबित हो चुकी हैं कि स्वप्न किसी विशेष वस्तु के सेवन से दिखाई देते हैं, तथा कुछ खास वस्तुओं के सेवन के फलस्वरूप खास क्रिस्म के सपने देखे जा सकते हैं। हकीकत यह है कि सपने हमारी उन गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का दर्पण होते हैं, जिन का पता कभी-कभी स्वयं हमें भी नहीं होता। सपनों में प्रतीकों का सफल प्रयोग

सपने हमारी गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का दर्पण भले ही हों, पर कभी-कभी वे जो कुछ कहना या समझना चाहते हैं, वह सीधे रूप में नहीं कहते या समझाते। जिस प्रकार हम बच्चों को कहानियाँ सुना कर नीति-पाठ कराते हैं, उसी प्रकार वे

भो अपनी बात प्रतीकात्मक रूप में, कहानियों के रूप में सुनाते या समझाते हैं। इसे एकदम अजीब बात नहीं मानना चाहिए, क्योंकि जाग्रतावस्था में भी हम प्रायः प्रतीकात्मक रूप में बातें करते हैं, जैसे, 'मैं गुस्से से लाल-पीला हो गया' या 'मेरे हाथों के तोते उड़ गये' आदि। बोलने-चालने के अलावा, पढ़ने-लिखने में भी हम प्रतीकों—मौत के खतरे के लिए कंकाल के चित्र का, शान्ति के लिए कपोत का, ब्रिटेन के लिए जॉनबुलका—का प्रयोग करते हैं। प्रतीकों का प्रयोग हम किसी बात को जल्दी से और आसानी से कहने और समझाने के लिए भी करते हैं। प्रकृति भी, सपनों में प्रतीकों का प्रयोग शायद इसी कारण करती है।

एक और कारण है प्रकृति द्वारा सपनों में प्रतीकों के प्रयोग का। सपनों में हमें खुद अपने ही अवचेतन में छिपी ऐसी इच्छाओं और भावनाओं के दर्शन होते हैं, जिन्हें हमारा चेतन या जाग्रत मन सुनना या देखना गवारा नहीं करता। जाग्रतावस्था में हम तर्क पसन्द करते हैं, पर सपने हमारे अवचेतन की अँधेरी गहराइयों में से जन्म लेते हैं, वहाँ नग्न और आदिम इच्छाएँ ही निरंकुश नृत्य करती हैं। इन को हमारा चेतन मन प्रतीकों के रूप में ही स्वीकार कर पाता है। सपनों की वैज्ञानिक व्याख्या इसीलिए सरल कार्य नहीं है, क्योंकि उस का सीधा सम्बन्ध हमारे अवचेतन की पेचीदी प्रक्रियाओं से है।

स्वप्न—व्याख्याओं के खतरे

सपनों की व्याख्याएँ स्वयं करने या उन्हें समझने से पूर्व, एक बात अच्छी तरह से समझ लेनी जरूरी है। वह यह कि सपने यद्यपि प्रतीकात्मक भाषा में बोलते हैं, फिर भी प्रत्येक प्रतीक का कोई निश्चित और अन्तिम अर्थ नहीं होता। हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियाँ भिन्न हैं, और इसीलिए सपने के प्रतीक का अर्थ समझने के लिए पहले उस विचारधारा तथा परिस्थितियों से परिचित होना आवश्यक है। बिना ऐसे किये, सपनों की गलत व्याख्या सम्भव है। यहाँ यह भी कह देना बहुत जरूरी है कि कोई भी पुस्तक (इस में यह पुस्तक भी शामिल है) किसी भी स्वतन्त्र सपने की अचूक व्याख्या करने का दावा नहीं कर सकती। अधिक से अधिक वह यही कर सकती है कि स्वप्न-व्याख्याओं के कुछ विशेष उदाहरण प्रस्तुत कर के आप को सपनों की सही व्याख्या करने की विधि बता दे। इस पुस्तक के इस खण्ड में भी ऐसा करने का प्रयत्न किया गया है।

यद्यपि यह सच है कि हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियाँ भिन्न हैं, तथापि यह सच है कि हम में से अधिकांश के अधिकांश विचार, भावनाएँ तथा मूल प्रवृत्तियाँ प्रायः समान ही हैं, तथा उन्हें व्यक्त करने के लिए हम प्रायः एक-सी ही विधियों को काम में लाते हैं। बहुत दुःखी होने पर आँखों में आँसू आ जाना प्रायः हर मानव के लिए स्वाभाविक है। इसी प्रकार किसी अप्रिय स्थिति का सामना करने

पर हम सभी बगलें झाँकने लगते हैं, या आँखें मीच लेते हैं। स्वप्न-व्याख्याओं के आगे के उदाहरण प्रस्तुत करते समय इस बात का विशेष ध्यान रखा गया है कि उन्हीं सपनों और सपनों में दिखाई देने वाले दृश्यों और प्रतीकों का अधिकाधिक उल्लेख हो, जो अधिक से अधिक लोगों को अधिक से अधिक बार दिखाई दिये हों। पर, आगे दी हुई व्याख्याएँ अन्तिम रूप से सही नहीं हैं, हृदय से हृदय वे आनुपातिक रूप से ही सही हैं। इन व्याख्याओं को अपने समान सपनों पर लागू करने से पूर्व, इस बात को याद रखिए कि जिस प्रकार आप औरों से अलग हैं, उस प्रकार आप के सपने भी औरों से अलग हैं।

आपने चित्रखण्ड प्रहेलिका (Jigsaw puzzle) देखी होगी। उसे हल करने के लिए सब टुकड़ों को देखना आवश्यक है। सपने भी चित्रखण्ड प्रहेलिका की ही भाँति हैं। उन्हें हल करने के लिए व्याख्याकार को सपना देखने वाले के व्यक्तित्व के सब खण्डों की ओर देखना पड़ता है। यह काम आसान नहीं है, और इस के लिए काफी समय, श्रम, धैर्य, प्रशिक्षण और अनुभव की जरूरत पड़ती है।

अपने सपनों को बेहतर ढंग में समझने के लिए अपने सपनों की डायरी रखिए। इस डायरी में, जो सपना दिखाई दे, उसे पूरी ईमानदारी और पूरे विस्तार से लिख डालिए। कुछ समय बाद, इस डायरी की मदद से आप अपने सपनों का एक ढाँचा (प्रतिमान) अपने सामने प्रकट होते देखेंगे। कालान्तर में इसी प्रतिमान की सहायता से आप उस व्यक्ति की असली और बिना 'टच' की हुई तसवीर देख सकेंगे, जिस के साथ आप अपने जीवन के प्रथम क्षण से आज तक हर क्षण साथ रहे हैं, और अन्त तक जिस के साथ रहना आप की नियति है। यह व्यक्ति है—स्वयं आप का ही आदिम और असंस्कृत रूप।

पर, अपने सपनों की ऐसी पेचीदी व्याख्या करने से हमें लाभ क्या है, यह प्रश्न उठाया जा सकता है। इस प्रश्न के दो उत्तर दिये जा सकते हैं। पहला—उन के जरिये हम अपनी समस्याओं और अपने तनावों का सूक्ष्म अध्ययन कर सकते हैं, और उन्हें हल या कम करने की दिशा में क्रम उठा सकते हैं। दूसरा—उन के जरिये हम अपने आस-पास के लोगों और परिस्थितियों के वास्तविक स्वरूप को भी जान सकते हैं। कारण सपनों की व्याख्या असल में हमारे जीवन तथा उसे प्रभावित करने वाले सभी व्यक्तियों और वस्तुओं की व्याख्या है। यह सच है कि सपनों की व्याख्या से ही जीवन की तमाम समस्याओं का हल नहीं पाया जा सकता। पर, यह व्याख्या एक ऐसी कुंजी है जिस के द्वारा आप अपने जीवन को अधिक सुखी, सफल और उपयोगी बनाने का राजद्वार खोल सकते हैं—अपने आन्तरिक द्वन्द्वों पर हावी हो कर तथा अपनी इच्छाओं और भावनाओं को वश में रख कर।

वैज्ञानिक व्याख्या से पूर्व आप के सपने आप को अजीब, बेहूदा, अविश्वसनीय, अतिरंजित, कल्पित और न जाने क्या-क्या लग सकते हैं। पर, व्याख्या के बाद आप

उन का तथा अपनी गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का तारतम्य स्पष्ट देख सकते हैं। तब आप के सपनों के स्वरूप के अलावा उन के महत्त्व को भी समझेंगे।

एक बात को फिर पूरे जोर के साथ कहना आवश्यक है। सपनों और उन में व्यक्त प्रतीकों और अर्थों पर आप किसी भी रूप में कोई बन्धन नहीं डाल सकते। जिन परिस्थितियों की कल्पना भी जाग्रतावस्था में आप के लिए असह्य होती, वे सपनों में बड़े सहज और स्वाभाविक रूप से प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्ष रूप से प्रकट होती हैं। स्वप्नावस्था में हमारी तर्क शक्ति तथा नैतिक मान्यताएँ भी सो जाती हैं, तथा हमारा वह रूप उजागर होता है, जिस पर कोई नियम, कोई मान्यता लागू नहीं हो सकता।

कष्टदायक सपनों से डरने की जरूरत नहीं। वे उस कष्टदायक घोड़े के समान हैं जो आप के व्यक्तित्व के किसी विकार को प्रकट करते हैं। इस विकार को सपनों के सही निदान और अर्थ द्वारा आसानी से दूर किया जा सकता है।

अवचेतन का निस्सीम विस्तार

जिस अवचेतन से हमारे सपनों का जन्म होता है, उस का प्रभाव-क्षेत्र, आयाम तथा गहराई हमारे चेतन से कहीं बड़ी है। यदि चेतन मन को एक झील मान लिया जाये, तो अवचेतन को एक निस्सीम महासागर कहा जा सकेगा। अवचेतन के असीमित विस्तार और उस की असीमित शक्ति का आंशिक परिचय हमें तभी हो सकता है जब हम अपने को तर्क और नैतिकता के बन्धनों से मुक्त कर लें। कोई ऐसी भावना नहीं है, कोई ऐसा विचार नहीं है, जिस के अस्तित्व से आप का अवचेतन मन बेखबर हो। जिन विचारों को हमारा चेतन मन दूषित या अनुचित मानता है, वे अवचेतन मन के लिए उतने ही सहज और स्वाभाविक हैं, जितने पवित्र या उचित माने जाने वाले विचार। हमारे अवचेतन के विपुल-भंडार में उन सभी स्मृतियों, नैसर्गिक प्रवृत्तियों, ग्रन्थियों, सूक्ष्म या पेचीदा विचारों, कटु, उग्र या सौम्य भावनाओं को स्थान प्राप्त है, जिन की कल्पना हम दूसरों में करते हैं। कई प्रख्यात सन्तों ने इसी लिए भगवान् को धन्यवाद दिया है कि वह स्वयं अपने सपनों के लिए जिम्मेवार नहीं हैं।

हमारे सपने एक अन्य दृष्टि से भी हमारे लिए महत्त्वपूर्ण हैं। घटनाओं तथा उन की सही सम्भावनाओं की तह में जितनी जल्दी सपने पैठ सकते हैं, हमारी तर्क शक्ति या बुद्धि नहीं पहुँच सकती। ज्यादातर तो बुद्धि ऐसा करने में असमर्थ ही रहती है। हमारा अवचेतन मन उन सभी बातों को याद रखता है, जो हमारे चेतन मन के अनुसार हम कभी के भूल चुके हैं, भले ही ये बातें कितनी ही अप्रिय और कटु क्यों न हों।

आप स्वयं भी अपने सपनों की वैज्ञानिक व्याख्या कर सकते हैं, पर इस के लिए कुछ शर्तों का पालन जरूरी है। ऐसी व्याख्या करने से पूर्व, आप को अपने तर्क पूरी तरह ईमानदार होना होगा, और आप जैसे हैं, ठीक उसी रूप में अपने को जानने के लिए तैयार रहना होगा। ऐसा दृष्टिकोण अपनाये बिना, आप अपने सपनों की

जो व्याख्या करेंगे, वह एकांगी, गलत और भ्रामक सिद्ध हो सकती है। अधिकांश व्यक्ति यह समझते हैं कि वे अपने बारे में सब कुछ जानते हैं। पर, वास्तव में वे उन अज्ञात इच्छाओं और शक्तियों से परिचित नहीं होते, जो उन के अवचेतन मन में सक्रिय रहती हैं। अपने सपनों की स्वयं व्याख्या करने के लिए जिस साहस, धैर्य और अलगाव की जरूरत है, वह बहुत कम लोगों में होता है। इसी लिए, जब तक आप में ऐसा साहस, धैर्य और अलगाव न हो, अपने सपनों की व्याख्या किसी विशेषज्ञ से हां कराइए।

सपनों की व्याख्या करने से पूर्व, डॉ० ज्यॉ फाउका का यह कथन भी याद रखने योग्य है : “मैं यह नहीं मानता कि सपनों के बारे में हमारी स्मृति पूर्णतया विश्वसनीय होती है। हम जागते ही सपनों को भूल जाते हैं। हमारा जाग्रत मन सपने में दीखे विभिन्न दृश्यों को ऐसी तालमेल बिठाता है कि वह हमारे तर्कप्रिय चेतन मन को स्वीकार्य होती है। यही मत एक अन्य स्वप्नविशेषज्ञ डॉ० तानेरी का है, “जैसे ही हम जागते हैं, अपने सपने हमें भूल जाते हैं। जाग्रतावस्था में हम इन्हीं सपनों को इच्छानुसार गढ़ लेते हैं।” हैबलॉक एलिस ने इसी बात को दूसरे शब्दों में इस प्रकार कहा है, “हमें सपनों का भाव ही याद रह पाता है।”

आइए, अब देखें कि कोई विशेषज्ञ या स्वयं आप अपने किसी ‘अति कुत्सित और त्रासकारी’ सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार कर सकते हैं।

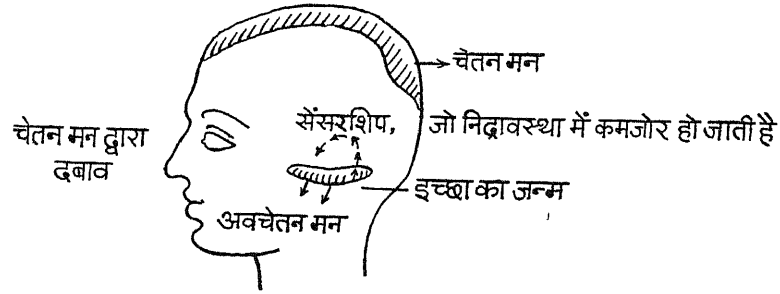
मानं लीजिए, आप ने सपना देखा कि आप किसी प्रिय मित्र की हत्या कर रहे हैं। यह स्तब्धकारी सपना आप को अतिकुत्सित लगा, क्योंकि जाग्रतावस्था में आप ऐसी स्थिति की कल्पना भी नहीं कर सकते हैं। पर, आइए देखें कि कोई विशेषज्ञ इस सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार करेगा।

बातचीत से विशेषज्ञ पता लगा लेगा कि आप चरित्रवान् व्यक्ति हैं, और सब नैतिक नियमों का निष्ठापूर्वक पालन करते हैं। पर, विशेषज्ञ यही नहीं सकता। वह यह जानता है कि उस मित्र को हत्या करने की इच्छा अवचेतन मन को गहराइयों से उठ कर पहुंचे कभी आप के चेतन मन से टकराई होगी। पर नैतिक नियमों के प्रति जागरूक चेतन मन ने उसे सेन्सर कर के दबा दिया तथा भुला दिया। पर, आप का अवचेतन अभी तक आप को इस इच्छा को नहीं भूला है। उस ने इस इच्छा को उपरोक्त सपने में साकार कर के आप को जता दिया कि अवचेतन पर आप का वैसा नियन्त्रण सम्भव नहीं है, जैसा चेतन मन पर है।

इस सपने से आप किस प्रकार लाभ उठा सकते हैं? यह समझ कर कि ऐसी इच्छा आप के अवचेतन मन के लिए अत्यन्त स्वाभाविक है, और उसे दबाने की कोशिश बेकार होगी। सिर्फ इतना ही समझ लेने पर आप चमत्कारपूर्ण ढंग से इस इच्छा की सपने में या वास्तविक जीवन में पुनरावृत्ति से मुक्त हो सकते हैं। फिर

यह इच्छा किसी ग्रन्थि या मनोग्रन्थि को जन्म नहीं देगी, और आप को तंग भी नहीं करेगी। इसी लिए सब विचारकों ने 'अपने को जानने' (Know thyself) पर जोर दिया है। फ्रायड ने इसी लिए कहा था कि सपनों को समझने से हम अपने को समझ सकते हैं, और चेतन मन में लगे जालों को साफ़ कर सकते हैं।

नीचे के चित्र में मस्तिष्क में चेतन और अवचेतन मन की स्थितियों को दर्शाया गया है।



आइए अब पढ़िए, कुछ ऐसे सपनों को वैज्ञानिक व्याख्याएँ, जो अधिकतर लोगों को दिखाई देते हैं। इन्हें उदाहरणस्वरूप ही मानिए, और सीधे अपने सपनों पर लागू करने की गलती न कीजिए। अपने सपनों की पूरी और सही व्याख्या व्यक्ति को पूरी तौर पर जानने के बाद ही सम्भव है।

(१) रेगिस्तान में धन

स्वप्न : सपने में मैं एक विशाल रेगिस्तान में अकेली बैठी हूँ। मुझ से कुछ दूरी पर कुछ लोग कोई खेल खेलने में लीन हैं। मेरा मन तो करता है कि मैं भी उन के साथ खेलूँ, पर संकोच के कारण नहीं कर पाती। तभी मुझे रेत में एक चमकीला सिक्का पड़ा दिखाई देता है। कुछ सेकंड बाद मुझे रेत में चारों ओर ऐसे ही सिक्के पड़े दिखाई देने लगते हैं।

व्याख्या : सपनों की भाषा में धन प्रेम का प्रतीक है। सपनों में धन मिलने के अर्थ है प्रेम की प्राप्ति। ऐसे सपने उन्हें ही दिखाई देते हैं, जिन का वास्तविक जीवन प्रेम से शून्य होता है। यह सपना एक महिला को दिखाई दिया था, जो एक बार नहीं, दो बार तलाक़ दे चुकी है। मन ही मन वह जानती है कि उसे वास्तविक जीवन में असली प्रेम के अब कभी दर्शन नहीं होंगे। इस की पूर्ति वह इस सांकेतिक सपने में चारों ओर बिखरा धन देख कर करती है, जो सपनों में प्रेम का प्रतीक है।

(२) नगनावस्था

स्वप्न : सपने मे मैं सड़क पर दिगम्बरावस्था मे चला जा रहा हूँ । इस डर से कि कोई मुझे इस हालत मे देख न ले, मैं एक खम्बे के पीछे छिप जाता हूँ । तभी न मालूम कहाँ से कुछ लोग प्रकट हो कर मुझे घेर लेते है । मैं यह आशा करता हूँ कि ये लोग मुझे नगनावस्था मे नहीं देखेंगे ।

व्याख्या : इस सपने की दो व्याख्याएँ सम्भव हैं । पहली—सपना देखने वाला बाल्यावस्था मे पुनः जीना चाहता है, उस बाल्यावस्था में जब न कोई चिन्ता थी, और न कपड़े पहनने की फ़िक्र । दूसरी—सपना देखने वाला व्यक्ति अपने जीवन का कोई अप्रिय तथ्य लोगों से छिपाना चाहता है, पर उसे डर है कि वह ऐसा करने मे सफल नही हो सकेगा ।

(३) आकाश में उड़ान

स्वप्न : सपने में मैं अपनी प्रेमिका के साथ घूमने जा रहा हूँ । अचानक मुझे लगता है कि मैं आकाश मे आज़ादी से उड़ूँ । सोचने भर को देर है कि मैं ऐसा करने भी लगता हूँ । काश ! मैं स्वतन्त्रतापूर्वक इस प्रकार आकाश में उड़ने के लिए स्वतन्त्र होता !

व्याख्या : जिस व्यक्ति ने यह सपना देखा है, वह निःसन्देह वास्तविक जीवन में अपने को असहाय अनुभव करता है । जिस प्रेमिका के साथ वह सपने मे घूम रहा है, वह उस पर शादी करने का, या किसी और बात का दबाव डाल रही है । इस दबाव से मुक्त होने के लिए सपना देखने वाला युवक सपने मे आकाश मे विचरण करता है, जहाँ वह कुछ भी करने के लिए स्वतन्त्र है ।

(४) घर पहुँचने में देरी

स्वप्न : सपने मे मेरी पत्नी ने शाम को बच्चे की वर्षगांठ की पार्टी का आयोजन किया है । मैं ऑफिस से ठीक समय पर घर पहुँचने की कोशिश करता हूँ, पर रोज़ की तरह मुझे ठीक समय पर बस नहीं मिलती । बस पर बस भरी हुई निकल जाती है, और मुझे जगह नही मिलती । कोई टैक्सी वाला भी मुझे घर ले जाने को तैयार नहीं होता । साइकिल लेता हूँ, तो वह भी रास्ते में खराब हो जाती है ।

व्याख्या : सपना देखने वाला वास्तव में इस पार्टी मे शामिल नही होना चाहता । वह कही और जाना चाहता था, सिनेमा देखने या दोस्तों के साथ रमी खेलने । यह सपना उस को पार्टी मे शामिल होने की ऊपरी इच्छा और न होने की वास्तविक इच्छा मे द्वन्द्व का सुन्दर प्रतीक है । इस द्वन्द्व के कारण वह दोनों मे से कोई भी इच्छा पूरी नही कर पाता ।

(५) परीक्षा का भय

स्वप्न : सपने मे मैं परीक्षा-हाल में बैठा हूँ। गणित का प्रश्नपत्र मेरे सामने है। पर उस का कोई भी प्रश्न मेरी समझ में नहीं आ रहा है, और मेरा दिल बुरी तरह धड़क रहा है।

व्याख्या : यह सपना एक ऐसे नवयुवक को दिखाई दिया था जिस ने कुछ दिन पहले ही काम पर जाना शुरू किया था। मन ही मन उसे डर है कि अपना काम ठीक ढंग से नहीं कर पायेगा। इस स्वप्न के माध्यम से वह अपने को यह आश्वासन दे रहा है कि जिस प्रकार परेशानियों के बावजूद वह विद्यार्थी-काल में कठिन परीक्षाओं में सफल हो जाता था, इसी प्रकार परेशानियों के बावजूद वह अपने काम में भी सफल हो सकेगा। सपना उस की वर्तमान मनोदशा का परिचायक है।

(६) प्रियजन को चोट

स्वप्न : शहर के बाहर घूमते हुए मुझे अपने सर्वश्रेष्ठ मित्र का शव दिखाई देता है। यद्यपि मेरे मित्र की आयु ३५ वर्ष है, तथापि सपने में मैं उसे १५ वर्ष का ही देख रहा हूँ। उसे मृत देख कर मुझे कोई दुःख नहीं होता। यही खयाल आता है, 'कितना अच्छा लड़का था!'

व्याख्या : यह सपना एक ऐसे सिपाही को दिखाई दिया था, जो हमारी लड़ाई के दौरान कुछ दिनों के लिए छुट्टी पर घर आया था। उन्ही दिनों उस का सर्वश्रेष्ठ मित्र, जो वायुसेना में विमान-चालक था, खतरनाक उड़ानों में आता-जाता रहता था। इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने अपने प्रिय मित्र के साथ सुखी दिन बिताने की दिली कामना व्यक्त की है, उन दिनों कि जब वे दोनों मस्त नवयुवक थे।

(७) सपने में मौत

स्वप्न : सपने में मैं अपने घर के पास एक महिला को खड़े देखता हूँ। वह मुझ से पूछ रही है कि मेरे बड़े भाई का दाह-संस्कार कब होगा? अपने भाई की मृत्यु का समाचार पा कर मुझे बड़ा सन्ताप होता है।

व्याख्या : यह सपना देखने वाले व्यक्ति के अपने बड़े भाई के प्रति क्रोध का प्रतीक है। इस बड़े भाई ने छल-कपट से अपने छोटे भाई की पूँजी हथिया ली थी, और उस से अपनी दुकान में साग दिन काम करवाने के बावजूद उसे पूरा वेतन नहीं देता था। छोटा भाई सचमुच अपने बड़े भाई को मौत नहीं चाहता, पर ऐसी मौत हो जाये, तो उसे कोई दुःख नहीं होगा।

(८) ऊँचाई से गिरने का सपना

स्वप्न : सपने में मैं एक ऊँची मीनार पर चढ़े चला जा रहा हूँ। बीच में मैं कुछ क्षणों के लिए नीचे जमीन की ओर देखता हूँ। कोई अदृश्य शक्ति मुझे नीचे की ओर खींचती प्रतीत होती है। मैं अपने को रोक नहीं पाता, और नीचे गिरने लगता हूँ। बीच में ही एक चीख के साथ मेरी आँख खुल जाती है।

व्याख्या : ऐसा सपना प्रायः उन व्यक्तियों को दिखाई देता है, जिन के मन में कोई तीव्र द्वन्द्व चल रहा होता है। अपने को न रोक पाने के कारण नीचे गिरना 'प्रलोभनवश नैतिक मार्ग से 'पथच्युत' होने का प्रतीक है। सपना देखने वाले व्यक्ति के इस अन्तर्द्वन्द्व के मूल में थी एक महिला, जिसे वह, विवाहित होने के बावजूद छिप-छिप कर प्यार करता है, और यह जान कर भी कि वह ऐसा कर के नैतिक दृष्टि से अनुचित कार्य कर रहा है, उसे प्यार करने से अपने-आप को रोक नहीं पाता।

(९) प्रेमी युवक वृद्ध बन गया

स्वप्न : मैं एक कालेज-छात्रा हूँ। पिछले छह महीनों में मुझे सपने में कम से कम आठ-दस बार यह दिखाई दे चुका है कि मैं एक आकर्षक युवक के साथ घूमती रहती हूँ। हम दोनों एक दूसरे को प्यार करते हैं, पर मेरे आलिंगन करते ही वह प्रेमी युवक से वृद्ध बन जाता है।

व्याख्या : यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन विवाह करने से डरती है। उस के माता-पिता सदा आपस में लड़ते रहते थे, और इस कारण उसे लगता है कि उस का वैवाहिक जीवन भी अपने माता-पिता के वैवाहिक जीवन के समान दुखी होगा। प्रेमी युवक उस को सुखी वैवाहिक जीवन व्यतीत करने की आकांक्षा का प्रतीक है, और उस का वृद्ध बन जाना इस बात का प्रतीक कि उस के मन में यह विश्वास घर कर गया है कि उस का वैवाहिक जीवन कभी सुखी नहीं हो सकेगा।

(१०) सपने में सपना

स्वप्न : मैं ने सपना देखा कि मैं सपना देख रहा हूँ कि मेरी पत्नी की मृत्यु हो गयी है। सपने में मैं ने यह भी देखा कि सपने के अन्दर दिखाई देने वाले इस सपने से जाग कर मैं ने पत्नी की मृत्यु की बात अपने एक साथी को बताया।

व्याख्या : यह एक काफ़ी पेचीदी पर साथ ही दिलचस्प समस्या है। इस की स्पष्ट व्याख्या तो यही है कि सपना देखने वाला वास्तविकता को सपने में बदलने का इच्छुक है। यह सपना जिस व्यक्ति को दिखाई दिया था उसे डॉक्टरों ने बताया था कि उस की पत्नी को राजयक्ष्मा रोग हो गया है। इस सपने के माध्यम से यह व्यक्ति इस 'दुःखद' समाचार को सुनने की हार्दिक इच्छा को व्यक्त कर रहा है। पर साथ ही

वह यह भी चाहता है कि पत्नी की मृत्यु का तथ्य मूर्त रूप न धारण करे, और सपना ही बना रहे।

(११) वेतन में वृद्धि

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मेरे बाँस ने आ कर मुझ से कहा है कि भविष्य में मुझे वेतन में २५ रुपये अधिक मिला करेंगे। जाग्रतावस्था में मैं ने पाया कि सचमुच मेरे वेतन में २५ रुपये की वृद्धि हुई है।

व्याख्या : इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने इस वृद्धि की साक्षात् कामना की है। वह अच्छा काम कर रहा था, और उस के अवचेतन मन को ज्ञात था कि उसे शीघ्र ही २५ रुपये की वार्षिक वृद्धि मिलने वाली ही है। उसे यह स्वप्न इस लिए दिखाई दिया कि उस के चेतन मन को इस बात का पक्का भरोसा नहीं था कि यह वृद्धि मिलेगी ही।

(१२) सपने में गिरफ्तारी

स्वप्न : मुझे प्रायः सपने में दिखाई देता है कि मुझे गिरफ्तार कर के मुझ पर मुकदमा चलाया गया है, और अपराधी पा कर जेल भेज दिया गया है।

व्याख्या : इस स्वप्न की व्याख्या यही है कि अपना अवचेतन मन अपने को किसी ऐसे अपराध के लिए गुनहगार ठहराता है, जिस के लिए आप का चेतन मन आप को अपराधी नहीं समझता, या वह उस अपराध को दबाना और भुलाना चाहता है। चूँकि चेतन और अवचेतन के संघर्ष में जीत हमेशा अवचेतन की ही होती है, इस लिए यहाँ भी अवचेतन ने अपनी 'विजय' को इस स्वप्न-प्रतीक के रूप में साकार किया है।

(१३) जानवर या मछलियाँ पकड़ना

स्वप्न : मैं २३ वर्ष का युवक हूँ, और एक बैंक में क्लर्क हूँ। मुझे एक सपना बार-बार दिखाई देता है। इस सपने में या तो मैं जंगली जानवर पकड़ता हूँ, या मछलियाँ पकड़ता हूँ।

व्याख्या : इस स्वप्न की अनेक व्याख्याएँ सम्भव हैं। यदि बैंक में काम करने से पहले, आप जानवर या मछलियाँ पकड़ने का काम करते थे, तो इस स्वप्न का अर्थ यह हो सकता है कि आप पुनः वही काम करने के इच्छुक हैं, पर कर नहीं पाते। स्वप्न की दूसरी व्याख्या के अनुसार आप किसी ऐसी वस्तु या किसी ऐसे व्यक्ति को अपने वश में करना चाहते हैं जो आसानी से उपलब्ध नहीं है, और जिस की प्राप्ति के लिए काफी चतुराई और कुशलता की आवश्यकता है। यह तथ्य कि यह सपना

बार-बार दिखाई देता है, इस बात का सूचक है कि जिस व्यक्ति या वस्तु को पाने की इच्छा है, वह जीवन की किसी मूलभूत आवश्यकता से सम्बन्धित है।

(१४) झील

स्वप्न : मुझे सपने में एक प्रशान्त झील अकसर दिखाई देती है।

व्याख्या : यह स्वप्न इस बात का सूचक है कि सपना देखने वाला जीवन में और अधिक प्रगति करने के लिए आराम और शान्ति चाहता है, जो उसे फिलहाल उपलब्ध नहीं है।

(१५) लिफ्ट और सीढ़ियाँ

स्वप्न : मुझे सपने में दिखाई दिया कि मैं बार-बार एक लिफ्ट में ऊपर-नीचे आ-जा रहा हूँ। सपने के अन्त में मैंने देखा कि लिफ्ट मुझे छोड़ कर चली गयी है, और मैं सीढ़ियों द्वारा ऊपर जा रहा हूँ।

व्याख्या : लिफ्ट में उतार-चढ़ाव सपना देखने वाले व्यक्ति की जीवन में संघर्ष के बाद सफलता प्राप्त करने की कामना का द्योतक है। सपने का अन्त इस बात का सूचक है कि उसमें आत्मविश्वास की कमी है, और उसे सफलता अधिक श्रम करने के बाद ही प्राप्त होगी।

(१६) गुफा

स्वप्न : सपने में गुफा अकसर दिखाई देती है।

व्याख्या : सपने में गुफा का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले को सुरक्षा की तलाश है। जब तक उसे इच्छित सुरक्षा नहीं मिल जाती, गुफा का सपना बार-बार दिखाई देता रहेगा। कभी-कभी गुफा का सपना स्त्री-सुख की कामना करने वालों को भी दिखाई देता है।

(१७) सपने में बिना सिर वाला व्यक्ति

स्वप्न : सपने में बिना सिर वाला व्यक्ति दिखाई दिया था।

व्याख्या : वयस्क व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की पहचान उस का चेहरा देख कर करता है। पर, शिशु माँ को उस के चेहरे से नहीं, उस के स्तनों से पहचानता है, ऐसा मनोवैज्ञानिकों का कथन है। सपना देखने वाला वयस्क हो जाने के बावजूद, इस सपने के माध्यम से दुबारा शिशु बन कर निर्द्वन्द्व जीवन जीना चाहता है।

(१८) नंगे पाँव भ्रमण

स्वप्न : सपने में मैंने अपने आप को नंगे पाँव भ्रमण करते देखा । वास्तविक जीवन में मैं कभी नंगे पाँव भ्रमण नहीं करता ।

व्याख्या : नंगे पाँव भ्रमण करने के सपने के अर्थ हैं कि सपना देखने वाले ने कोई गुप्त अपराध किया है, जिस के पश्चात्तापस्वरूप वह नंगे पाँव भ्रमण करना चाहता है ।

(१९) सपने में सर्प-दर्शन

स्वप्न : मुझे सपने में साँप दिखाई दिया ।

व्याख्या : फ्राँयड ने सर्प को पुरुषत्व का प्रतीक माना है । उन के अनुसार सपने में साँप उन महिलाओं को अधिकतर दिखाई देता है, जिन की सेक्स की प्यास अधूरी है । पर, आधुनिक स्वप्नशास्त्री साँप को प्रज्ञा और उपचार का प्रतीक भी मानते हैं, तथा सपने में उस का आना शुभ मानते हैं ।

(२०) सपने में नरभक्षकों के दर्शन

स्वप्न : सपने में नरभक्षकों के दिखाई देने के क्या अर्थ हैं ?

व्याख्या : सपने में नरभक्षकों का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले की आदिम प्रवृत्तियाँ काफ़ी सजग और सक्रिय हैं । यदि नरभक्षक सपना देखने वाले व्यक्ति को खाते दिखाई दें, तो यह समझना चाहिए कि उस व्यक्ति की उद्दाम और आदिम प्रवृत्तियाँ उस के विनाश का कारण बनेंगी । व्यक्ति नरभक्षकों को बश में कर ले, तो मानना चाहिए कि वास्तविक जीवन में भी वह संयम द्वारा अपने चंचल मन को बश में रखने में सफल हो सकेगा ।

(२१) जिन्दा गाड़े जाने का सपना

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मुझे जिन्दा कब्र में गाड़ा जा रहा है ।

व्याख्या : यह सपना प्रायः उन्हीं व्यक्तियों को दिखाई देता है, जिन का जन्म काफ़ी कठिनाई से हुआ हो । ऐसे व्यक्तियों का अवचेतन मन उस कठिनाई को नहीं भुला पाता, और इस सपने के माध्यम से उस घटना को याद कर लेता है । एक बार ऐसा सपना देखने वाले व्यक्ति को इस की व्याख्या समझा दी जाये तो यह सपना दीखना बन्द हो जाता है ।

(२२) ट्रेन छूटने का सपना

स्वप्न : मुझे सपने में दिखाई दिया कि मुझ से वह ट्रेन छूट गयी, जिस में जाना मेरे लिए बहुत जरूरी था। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है ?

व्याख्या : ऐसा सपना उन व्यक्तियों को दिखाई दे सकता है, जो मृत्यु से भयभीत रहते हैं। मृत्यु को 'अन्तिम यात्रा' माना जाता है। इस सपने के माध्यम से सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को यह आश्वासन देता है कि वह मृत्यु के भय से पीड़ित है, पर मौत को चकमा दे सकता है।

(२३) लाल गुलाब

स्वप्न : मुझे सपने में एक हाथ दिखाई दिया, जो सफेद, गुलाबी और लाल रंग के गुलाब के फूल ले रहा था। इस हाथ के अदृश्य मालिक ने मुझ से पूछा कि तीनों गुलाबों में से मुझे कौन-सा पसन्द है ? मैंने लाल गुलाब पसन्द किया।

व्याख्या : यदि आप ने लाल गुलाब पसन्द किया है, तो इस के अर्थ यह है कि आप रोमांसप्रिय हैं; दूसरो को उत्कटतापूर्वक प्रेम करते हैं, और स्वयं उन से भी आशा करते हैं, कि वे भी आप को उतनी ही उत्कटता से प्यार करें। लगता है, आप अकेले हैं और आप को प्रेम करने वालों की संख्या अधिक नहीं है। यदि आप ने सफेद गुलाब पसन्द किया होता, तो इस के अर्थ होते कि आप पवित्रता और शुद्ध प्रेम को सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण मानते हैं। गुलाबी रंग का फूल पसन्द करने के अर्थ होते हैं कि आप सन्तुलित जीवन व्यतीत करते हैं, और साधारण प्रेम-प्रदर्शन से ही सन्तुष्ट हो जाते हैं।

(२४) बन्दर

स्वप्न : मुझे सपनों में बन्दर अकसर दिखाई देते हैं।

व्याख्या : सिर्फ बन्दर दिखाई देने के अर्थ तो यही है कि आप को आदमी का कमजोर, बचकाना और चंचल रूप पसन्द है। यदि आप ने स्वयं को बन्दर के रूप में देखा है, तो इस के अर्थ है कि आप अपने को तुच्छ और महत्त्वहीन मानते हैं। यदि आप को आप का कोई मित्र बन्दर के रूप में आचरण करता हुआ दिखाई दिया है, तो इस के अर्थ हैं कि आप उसे अधिक महत्त्व नहीं देते, और वह आप के लिए मजाक और खिलवाड़ का ही साधन है। अपने पति को बन्दर के रूप में देखने वाली महिला उसे मामूली आदमी समझती है। उस के प्रति द्वेषभाव रखती हुई वह यह भी समझती है कि उसे बन्दर की तरह नाच नचा कर ही वश में रखा जा सकता है।

(२५) चाकू

स्वप्न : मुझे सपनों में चाकू दो बार दिखाई दिया । एक बार वह मेरे हाथ में था तथा दूसरे अवसर पर मेरे एक परिचित के हाथ में ।

व्याख्या : आप के हाथ में चाकू होने के अर्थ है कि आप किसी से जबर्दस्ती कोई बात मनवाना चाहते हैं । आप के परिचित के हाथ में चाकू होना इस बात को दर्शाता है कि आप को उस व्यक्ति से यह भय है कि वह कभी भी आप पर छिप कर वार कर सकता है । इस सपने का दिखाई देना इस बात का भी द्योतक है कि आप इस परिचित से पूरी तरह सावधान हैं ।

(२६) दूध

स्वप्न : मुझे प्रायः सपने में एक महिला अपने बच्चे को दूध पिलाती दिखाई देती है ।

व्याख्या : दूध और मातृत्व का गहरा सम्बन्ध है । आप के सपने की व्याख्या इस प्रकार की जा सकती है : आप या तो मातृसुख से वंचित हैं, और आप को उस की कामना है, या आप स्वयं किसी को इस प्रकार प्यार करती हैं, और उसे मातृसुख पहुँचाना चाहती हैं ।

(२७) कैंची

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने को कई बार कैंची हाथ में लिये देखा है ।

व्याख्या : कैंची काटने के काम आती है । सपने में कैंची दिखाई देने के अर्थ है कि आप किसी वस्तु या व्यक्ति से कटना चाहते हैं । एक दूसरा अर्थ यह भी है कि आप स्वयं किसी को काटने के इच्छुक हैं—किसी वस्तु को या किसी व्यक्ति को ।

(२८) नृत्य

स्वप्न : अपने सपनों में मैं या तो स्वयं अकेली नृत्य करती हूँ, या किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करती हूँ ।

व्याख्या : नृत्य का सपना प्रेम-लालसा का प्रतीक है । अकेले नृत्य करने का सपना इस बात का द्योतक है कि आप सिर्फ अपने को ही चाहती हैं, या अपने आप को सब से अधिक चाहती हैं । किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करने का सपना यह बताता है कि आप किसी अपरिचित युवक के प्रणय की प्यासी हैं । यदि आप सपने में दिखाई देने वाले अपरिचित युवक का हुलिया बता सकें, तो यह स्पष्ट हो जायेगा कि आप के मन में किस प्रकार के युवक के प्रेम की कामना है ।

(२९) घड़ी या कैलेण्डर

स्वप्न : सपने में घड़ी या कैलेण्डर दिखाई देने के क्या अर्थ हैं ?

व्याख्या : दोनों ही बीतते हुए समय के प्रतीक हैं। इन का सपने में दिखाई देना इस बात का संकेत है कि आप को इस बात की तीव्र चेतना है कि आप की ज़िन्दगी के दिन बड़ी तेजी से बीतते चले जा रहे हैं, और यह भी कि आप मृत्यु की कल्पना से भयभीत हैं।

(३०) मद्यपान

स्वप्न : मैं शराब नहीं पीता, पर सपने में प्रायः अपने को शराब पीते हुए देखता हूँ। क्या आप इस विरोधाभास का कारण बतायेंगे ?

व्याख्या : सपने में किसी द्रव पदार्थ (वह दूध हो या शराब) के पीने के अर्थ है कि ऐसे सपने देखने वाला व्यक्ति जीवन की समस्याओं से परेशान हो कर बचपन के दिनों की कामना करता है, जब वह चिन्तारहित जीवन व्यतीत करता था और उस का आहार द्रव पदार्थ ही थे। बचपन में उस की, सुरक्षा की जिम्मेवारी औरों पर थी। चूँकि अब वह अपनी सुरक्षा की जिम्मेवारी किसी और को नहीं सौंप सकता, इसलिए सपनों के कल्पनालोक में अपनी बाल्यावस्था की कल्पना कर, कुछ देर के लिए, जीवन की कटु समस्याओं से छुटकारा पा लेता है।

पर, आप सपने में दूध नहीं शराब पीते हैं। इस का अर्थ भी यही है कि आप को उस मानसिक स्वतन्त्रता और आत्मलीनता की तलाश है, जो एक शराबी शराब पी कर आसानी से पा लेता है। जब तक आप डट कर जीवन की समस्याओं से नहीं जूझेंगे, और उन से कतराते ही रहेंगे, तब तक आप को यह सपना दिखाई देता रहेगा।

(३१) धन

स्वप्न : मैं एक निर्धन व्यक्ति हूँ, पर सपनों में असीमित धन से खेलता हूँ।

व्याख्या : जाग्रतावस्था के समान, स्वप्नावस्था में भी धन शक्ति, सत्ता और अधिकार का प्रतीक है। आप के चेतन मन को धन की आवश्यकता अनुभव होती है। पर चूँकि यह पूरी नहीं हो पाती, इसलिए इस की पूर्ति आप असीमित धन से खेलने का सपना देखकर कर लेते हैं। साथ ही, यह सपना इस बात का भी द्योतक है कि दूसरे लोग आप से अधिक प्रभावित नहीं होते, और आप चाहते हैं कि आप के पास अधिक से अधिक रूपया होता तो आप, अपने अन्दर अन्य कोई गुण या योग्यता न होने के बावजूद, उन्हें रूपये के बल पर प्रभावित कर सकते, और अपने को उन से बेहतर समझते।

महिलाओं को सपने में धन दिखाई पड़ने के अर्थ है कि वे अपने पति या रिश्तेदारों के प्रेम से सन्तुष्ट नहीं हैं, और चाहती हैं कि वे भी पुरुषों की भाँति धन अर्जित करें।

(३२) गुड़िया या कठपुतली

स्वप्न : मैं सपने में गुड़िया या कठपुतली से खेलता हूँ। पर, वास्तविक जीवन में मेरा वास्ता न गुड़िया से पड़ता है न कठपुतली से।

व्याख्या : इस सपने के दो अर्थ हो सकते हैं—(१) आप अपने को कठपुतली की भाँति बेसहारा अनुभव करते हैं, और यह भी अनुभव करते हैं कि लोग आप को मनचाहा नाच नचा सकते हैं। (२) आप उस व्यक्ति को, जो आप को मनचाहा नाच नचाता है, गुड़िया या कठपुतली की भाँति दूसरों के हाथों का खिलौना बना देखना चाहते हैं।

(३३) सीढ़ी

स्वप्न : मेरे हर सपने की कोई न कोई वस्तु अचानक सीढ़ी का रूप धारण कर लेती है।

व्याख्या : 'सफलता की सीढ़ी' मुहावरा प्रसिद्ध है। आप के सपनों की कोई न कोई वस्तु सदा सीढ़ी का रूप धारण कर लेती है, यह इस बात का परिचायक है कि आप धीरे-धीरे प्रगति कर के किसी वस्तु या आकांक्षा को प्राप्त करना चाहते हैं। आप जानते हैं कि इस वस्तु या आकांक्षा की प्राप्ति सतत श्रम करने से ही सम्भव है। इस सपने से प्रेरित हो कर अपने प्रयत्न जारी रखिए।

(३४) जुए में भाग लेना

स्वप्न : मैं एक व्यस्त गृहिणी हूँ। चार बच्चे हैं। घर के काम से एक क्षण को भी फुर्सत नहीं मिलती। पर, सपने में अपने को दाँव लगा कर ताश खेलते देख कर दंग रह जाती हूँ।

व्याख्या : इस सपने से दंग होने की कोई आवश्यकता नहीं है। यह सपना इस बात को दर्शाता है कि आप को मन ही मन यह आशा है कि जुए में विजय-लाभ से ही कभी आप का भाग्योदय होगा। शायद आप यह जानती हैं कि पति की सीमित आमदनी में से आप कभी कुछ नहीं बचा पायेंगी। आप का चेतन मन आप के संस्कारों के कारण जुए को बुरा समझता है, इसलिए जागृतावस्था में जुएबाजी के बारे में सोचना भी आप को अच्छा नहीं लगता। लेकिन आप का अवचेतन मन, जो इस सपने के मूल में है, संस्कारों और सामाजिक मान्यताओं से बाध्य नहीं।

यदि किसी ऐसे पुरुष को, जो जुएबाजी को बुरा नहीं मानता, जुए में भाग लेने का सपना दिखाई दे, तो इस का अर्थ यह हो सकता है कि वह भाग्यलक्ष्मी की प्रसन्नता के बल पर अपनी प्रेमिका को पाने की आशा करता है।

(३५) जहाज द्वारा यात्रा

स्वप्न : एक सपना मुझे बार-बार दिखाई देता है : मैं पानी के जहाज द्वारा लम्बी यात्रा कर रहा हूँ। जाग्रतावस्था में पानी के जहाज द्वारा यात्रा करने का विचार मेरे मन में शायद ही कभी आया हो।

व्याख्या : पानी का जहाज अपेक्षाकृत मन्द होते हुए भी अपने लक्ष्य पर पहुँच ही जाता है। सपने में यह आप को दिखाई देता है, यह इस बात का संकेत है कि आप का जीवन फ़िलहाल अव्यवस्थित है, पर आप उस में व्यवस्था लाने के इच्छुक हैं और यह व्यवस्था धीरे-धीरे ही आयेगी।

(३६) कार चलाने का सपना

स्वप्न : रोज़ बस से सफर करता हूँ, पर सपने दिखाई देते हैं कार चलाने के।

व्याख्या : यह एक शुभ संकेत है कि आप समृद्ध और आत्मतुष्ट होना चाहते हैं।

(३७) हाथों में हथकड़ी

स्वप्न : मैं ने अपने-आप को हथकड़ी पहने देखा।

व्याख्या : आप की अन्तरात्मा आप को विवश कर रही है कि आप किसी ऐसे गुप्त अपराध को स्वीकार कर लें, जो आप ने औरों से ही नहीं, स्वयं अपने चेतन मन से भी छिपा रखा है।

(३८) आग

स्वप्न : अच्छे-भले चल रहे सपने में अचानक आग का दृश्य दिखाई देने लगता है।

व्याख्या : अर्थ स्पष्ट है। आप प्रबल मनोभावों वाले व्यक्ति हैं। चूँकि, परिस्थितिवश, ऐसे मनोभाव जीवन में व्यक्त करने के अवसर आप को अधिक नहीं मिलते, अतः यह अभिव्यक्ति आप के सपनों में आग के दृश्यों के रूप में होती है।

स्वप्नलोक

१२९

(३९) चटकीले रंग

स्वप्न : मुझे सपने में हर रंग चटकीला ही क्यों दिखाई देता है ?

व्याख्या : आप भी प्रबल मनोभावों वाले उग्र व्यक्ति हैं। जितनी जल्दी नाराज होते हैं, उतनी ही जल्दी खुश भी हो जाते हैं। अपने जोश को अपने लिए उपयोगी बनाइए, उसे एक सही दिशा प्रदान कर के।

(४०) स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ

स्वप्न : वाह ! कैसे-कैसे स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ दिखाई देते हैं सपनों में। काश ! उन के दर्शन वास्तविक जीवन में भी हो सकते !

व्याख्या : सपनों में स्वादिष्ट खाद्य-पदार्थों के दर्शन कर आप सुखी और सुरक्षित होने की अपनी आदिम आकांक्षा की पूर्ति कर लेते हैं। जब आप वास्तव में सुखी और सुरक्षित हो जायेंगे, तो इन खाद्य-पदार्थों के दर्शन आप को वास्तविक जीवन में भी होने लगेंगे।

(४१) दाँतों का गिरना

स्वप्न : मुझे सपने में अपने दाँत गिरते दिखाई दिये। वैसे मेरे सभी दाँत स्वस्थ हैं।

व्याख्या : आप को सावधानी बरतने की जरूरत है। आप के अन्दर आत्म-नाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही हैं। इन प्रवृत्तियों का उन्मूलन जितनी जल्दी कर सकें, उतना ही अच्छा। इस सपने का एक दूसरा अर्थ यह भी हो सकता है कि आप ज्यादा समझदार होते जा रहे हैं।

(४२) अपने अंगों को छीलना

स्वप्न : इधर मुझे सपनों में किसी न किसी प्रसंग में एक बात अवश्य दिखाई दे जाती है। वह यह कि मैं, हाथ में जो भी चीज होता है—चाकू, कलम, चम्मच आदि—उस से अपने शरीर के किसी अंग को छीलना आरम्भ कर देती हूँ। इस अजीब बात से मैं काफी परेशान हो जाती हूँ।

व्याख्या : आप के अन्दर भी आत्मनाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही हैं। हीनभावना का परित्याग कर आत्मविश्वास के साथ जीवन की समस्याओं से जूझिए, उस से कतराइए नहीं।

(४३) आकर्षक पुष्प

स्वप्न : कल रात सपने में अनेक रंगीन और नयनाभिराम पुष्प दिखाई दिये।

व्याख्या : आप रोमांटिक प्रेम के भूखे हैं, और एक साथ कई लड़कियों से प्रेम करने के इच्छुक हैं।

(४४) धमाका

स्वप्न : सपने मे धमाका 'सुनाई' दिया था ।

व्याख्या : आप संकोचशील व्यक्ति प्रतीत होते है और अपने जीवन की मामूली से मामूली बात को भी औरों से छिपा कर रखते है । सपने मे धमाका 'सुनाई' देना इस बात को दर्शाता है कि आप को यह डर है कि जिन बातों को आप दूसरों से छिपाते आ रहे है, वे सब एक दिन, किसी करिश्मे से जगजाहिर हो जायेंगी ।

(४५) खुले दरवाजे

स्वप्न : मुझे सपनों मे जो भी दरवाजे या खिड़कियाँ दिखाई देती है, सब खुली ही दिखाई देती है । ऐसा क्यों ?

व्याख्या : क्षमा करें, आप का मन यौन-सुख के लिए बेताब है । यदि अभी तक अविवाहित हैं, तो शीघ्र ही विवाह कर लीजिए । नहीं तो आप के बदचलन हो जाने का डर है ।

(४६) घर

स्वप्न : मेरे सारे सपने किसों घर के इर्द-गिर्द ही घूमते रहते है ।

व्याख्या : और वे तब तक घूमते रहेंगे, जब तक आप अपनी गृहस्थी नहीं बसा लेते ।

(४७) डॉक्टर

स्वप्न : मेरे सपने का कोई न कोई पात्र डॉक्टर अवश्य होता है ।

व्याख्या : शायद आप के पिता नहीं रहे । या, यदि वे जीवित हैं तो उन्होंने आप की उचित देख-भाल—खासतौर पर स्वास्थ्य की उचित देख-भाल—नहीं की ।

(४८) महासागर

स्वप्न : सपनों मे महासागर न जाने कहाँ से और कैसे आ जाता है । उस की लहरें मुझे अपने आगोश में लेने को व्यग्र दिखाई देती है ।

व्याख्या : आप माँ के निस्सीम प्यार के भूखे हैं । यदि सपने मे कोई नर्स, वृद्धा या गाय दिखाई दे, तो वह भी माँ के प्रेम की प्यास की निशानी है ।

(४९) सेब

स्वप्न : मैं सपने में ताजे और चमकीले सेब खूब खाता हूँ, जब कि वास्तविक जीवन मे उन के दर्शन भी दुर्लभ है ।

व्याख्या : वास्तविक जीवन में आप को सेब ही नहीं, सच्चे प्यार के भी (जिस का प्रतीक बन कर सेब आप के सपने मे आता है) दर्शन दुर्लभ प्रतीत होते है । कही, आप के सेब जरूरत से ज्यादा पके हुए तो नहीं होते । यदि ऐसा है, तो

आप को शायद ऐसे प्रेम की तलाश है, जो देना ही देना जानता हो लेना बिलकुल नहीं ।

(५०) अर्थी

स्वप्न : कल सपने में क्या देखता हूँ कि मैं अर्थी पर सवार हूँ और लोग मुझे हमशान की ओर लिये जा रहे हैं ।

व्याख्या : अर्थी यद्यपि मौत का प्रतीक है, फिर भी सपने में उसे मौत का प्रतीक नहीं मानना चाहिए । आप के सपने की सीधी-सादी व्याख्या यही है कि आप अपने वर्तमान जीवन से सन्तुष्ट नहीं हैं, और सब पुरानी बातों को 'समाप्त' कर नये जीवन की शुरुआत करना चाहते हैं । शायद ऐसे अनेक बातें हैं, जिन को पुनरावृत्ति आप अपने नये जीवन में नहीं चाहते ।

(५१) रेगिस्तान

स्वप्न : कल रात सपने में अपने-आप को एक निर्जन रेगिस्तान में अकेला पाया । मैंने रेगिस्तान को पार करने के कई प्रयत्न किये, पर रेगिस्तान का अन्त कहीं दिखाई ही न देता था । जब मेरी आँखें खुली, तब मैं डर के मारे बुरी तरह काँप रहा था ।

व्याख्या : स्पष्ट है कि आप निपट एकाकी व्यक्ति हैं । भले ही आप लोगों से हँस कर मिलते-बोलते हों, पर यह स्वप्न इस बात का संकेत है कि आप का एकाकीपन एक तकलीफदेह हकीकत है, और यह हमेशा आप को कचाटता रहता है । क्या आप को सपने के रेगिस्तान में किसी नखलिस्तान के भी दर्शन हुए थे ? यदि नहीं, तब तो निपट एकाकीपन को इस भावना का मन से दूर करने के लिए शीघ्र ही किसी कुशल मानस-रोग-विशेषज्ञ से मिलिए ।

(५२) कुत्ता

स्वप्न : मैं जहाँ रहता हूँ, वहाँ कुत्ते बिलकुल नहीं । वर्षों से मैंने कोई कुत्ता नहीं देखा । पर, सपने में प्रायः उन्हें देख लेता हूँ ।

व्याख्या : आप ने यह नहीं बताया कि किस प्रकार के कुत्ते आप को सपने में दिखाई देते हैं । खूंखार और फाड़ने के लिए तत्पर कुत्ते या वफादार कुत्ते ? यदि आप को लड़ाकू और खूंखार कुत्ता सपने में दिखाई देता है, तो आप किसी आन्तरिक संघर्ष के कारण परेशान नहीं हैं और अपने परिचितों से वफादारी की आशा करते हैं । पर यदि सपने में आप की भेंट लड़ाकू कुत्ते से होती है, तो किसी न किसी बात को लेकर आप अवश्य चिन्तित हैं । कुत्ते का सपना आप की मनोदशा की सच्ची तस्वीर पेश करता है ।

(५३) इतने सारे सूरज

स्वप्न : मैंने एक अजीब सपना देखा । देखा कि मैं पत्थर का एक बुत बन गया हूँ । शरीर के सब अंग स्थिर और अविचल हैं, सिर्फ आँखें हलकत कर रही हैं । फिर मैं ने अपने-आप को एक विशाल सूर्य के मध्य में पाया । सूरज जो लाल तो अपने सूरज की तरह था, पर गर्म बिल्कुल नहीं था । इस के बाद, क्या देखता हूँ कि अनगिनत छोटे-छोटे सूरज न जाने कहाँ से आ कर इस बड़े सूरज का चक्कर लगाने लगे हैं । क्रमशः बड़ा सूरज गरम होने लगा, और इस के साथ ही मैं भी पत्थर की सीमाओं से बाहर आने लगा । पुनः मानव-शरीर धारण कर के मैं ऊपर की ओर उड़ने लगा । कुछ देर बाद मुझे एक स्वर्ण-द्वार के दर्शन हुए । जैसे ही मैं ने उस में प्रवेश करना चाहा, अन्दर से आवाज़ आयी, 'जाओ, अगले पचास वर्षों तक इसी आग में जलते रहो । इस के बाद तुम इस द्वार में प्रवेश करने के अधिकारी होगे ।' यह सुन कर मुझे बड़ी खुशी हुई । जागने पर मैं ने पूजा-पाठ भी आरम्भ कर दिया ।

व्याख्या : इस अद्भुत स्वप्न को एक महान् स्वप्न की संज्ञा दी जा सकती है । पत्थर का बुत बन जाना इस बात का प्रतीक है कि आप फ़िलहाल अपनी खामियों के दायरे में कैद हैं । पर, किसी बाहरी प्रेरणा से आप इस कैद से मुक्त हो जाते हैं, और आप को आध्यात्मिक शान्ति का अनुभव होता है । आप ससार का परित्याग करना चाहते हैं, पर स्वयं आप को अन्तरात्मा आप से कहती है कि आप अभी तक पूर्णता प्राप्त नहीं कर सके हैं, तथा उस की प्राप्ति में आप को पचास वर्ष और लग जायेंगे । आप को खुशी इस बात की द्योतक है कि आत्मा से साक्षात्कार कर के आप ने जान लिया है कि पूर्णता की सिद्धि के लिए आप को और कितनी मंजिलें तय करनी हैं । कुल मिला कर इस स्वप्न का अत्यन्त प्रेरक और फ़रदायक स्वप्न कहा जा सकता है ।

(५४) सूर्य

स्वप्न : सपने में सूरज के दर्शन होते हैं, बालसूर्य या अस्त होते हुए सूर्य के नहीं, प्रखर ताप वाले दुपहर के सूरज के । कृपया इस का व्याख्या करें ।

व्याख्या : सपने में दिखाई देने वाला सूर्य आत्मबोध और उत्कट जीवनो-शक्ति का परिचायक है । कुछ स्वप्नशास्त्रा इसे पूणता, शुचिता तथा पवित्र प्रेम का प्रतीक भी मानते हैं । सपने में सूर्य का दिखाई पड़ना साधारणतया शुभ और कल्याणकारी मानना चाहिए ।

(५५) बैक और एक समस्या

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मैं ने एक बैक में अपना काफ़ी पूँजी जमा कर दी, पर अब उसे निकालने में असमर्थ हूँ ।

ब्याख्या : यह सपना इस बात का संकेत है कि आप को विश्वास है कि उस पुस्तक के अध्ययन से आप को अपने व्यवसाय में लाभ होगा ।

(६३) मेरा साया साथ होगा ••

स्वप्न : एक भयंकर सपने की याद मुझे कभी नहीं भूलती । मैं ने देखा कि मैं घर पर बैठा कुछ लिख रहा हूँ । अचानक मुझे किसी कागज की जरूरत पड़ती है, और मैं मेज की ड्रायर खोलता हूँ । उस में कागज के स्थान पर एक छोटे आकार के कंकाल को देख कर चकित रह जाता हूँ । जैसे ही मैं ने इस कंकाल को निकालने की कोशिश की, उस का आकार क्रमशः बढ़ने लगा । जब वह आदमकद हो गया, तो मैं ने उसे एक बड़े सन्दूक में बन्द कर दिया । इस सन्दूक को ले कर मैं एक नदी के किनारे आया, जहाँ मैं ने कंकाल को डुबाने की कोशिश की । पर, कंकाल डूबने के स्थान पर तैरने लगा । बड़ी मुश्किल से मैं उसे डुबाने में सफल हो पाया । इस के बाद मैं ने अपने-आप को स्टेशन के एक प्लेटफार्म पर पाया, जहाँ रेलवे के एक कर्मचारी ने मुझ से कहा, “आप की ट्रेन इस प्लेटफार्म पर शीघ्र ही आने वाली है ।”

ब्याख्या : यह सपना इतना भयंकर नहीं है जितना आप सोच रहे हैं । आप चाहे तो इस सपने के ‘सन्देश’ से लाभ उठा कर अपना जीवन सुखी और सफल बना सकते हैं । आप एक लज्जालु और हीन भावना से ग्रस्त व्यक्ति हैं, पर लोगो को ऐसा जताते हैं कि आप बहुत ‘स्मार्ट’ और जीवट वाले व्यक्ति हैं । सपने में आप को दिखाई देने वाला कंकाल असल में उन गलत धारणाओ का प्रतीक है जो आप अपने मन में अपने तर्क पाले हुए हैं । यह सपना यह दर्शाता है कि आप इन धारणाओ के अस्तित्व से परिचित हैं, और उन्हें अपने स्मृति-भण्डार से अलग करने के लिए प्रयत्नशील रहते हैं । अभी तक आप अपने प्रयत्नो में सफल नहीं हुए हैं, पर यदि आप इन गलत धारणाओ, गुप्त आशंकाओ तथा पेचीली ग्रन्थियो से अपने को मुक्त कर लें, तो आप को नवजीवन प्राप्त हो सकेगा ।

(६४) साले को मरने से बचाया

स्वप्न : मुझे सपने में दिखाई दिया कि मेरा साला नाव में बैठ कर नदी पार कर रहा है । सहसा नाव डूबने लगती है । किनारे में खड़ा हुआ मैं फौरन नदी में कूद पड़ता हूँ और उसे बचा कर लाता हूँ । उसे बचाने में मुझे बड़ा कष्ट होता है, तथा अपने साले को सकुशल किनारे पर ला कर मैं बेहोश हो जाता हूँ ।

ब्याख्या : फ्रॉयड ने एक स्थान पर कहा है कि आदमी अपनी जिस इच्छा की पूर्ति वास्तविक जीवन में नहीं कर पाता, उस की पूर्ति सपनों के मायालोक में करने का प्रयत्न करता है । आप एक नीरस और साधारण जीवन व्यतीत कर रहे हैं । इस सपने के माध्यम से आप खुद अपने को यह आश्वस्त करना चाहते हैं कि वज्रत पड़ने पर

आप कोई असाधारण कार्य कर सकते हैं। यह सपना प्रसिद्धि की आप की ललक को दर्शाता है।

(६५) खोया टिकट

स्वप्न : सपने में देखा कि मित्रों ने प्रोग्राम बनाया है कि बम्बई जा कर जूह में समुद्र में स्नान करेंगे। वे मुझे भी अपने इस प्रोग्राम में शामिल कर लेते हैं। मैं तैयारी कर लेता हूँ। पर जब चलने का समय आता है तो मेरा रेल का टिकट, जो रिजर्व सीट के लिए था, नहीं मिलता। बहुत ढूँढ़ने पर भी यह टिकट नहीं मिला।

व्याख्या : यह स्वप्न दर्शाता है कि आप या तो समुद्र-स्नान से डरते हैं या मौत से। टिकट का न मिलना इस बात का संकेत है कि आप इस बहाने समुद्र-स्नान या मौत को प्रत्येक सम्भावना से बचने की कोशिश करते हैं।

(६६) आवारा

स्वप्न : इधर सपनों में मुझे आवारा लोगों के दर्शन अधिक होने लगे हैं। यहाँ तक कि मैंने खुद अपने को भी आवारा के रूप में देखा है।

व्याख्या : यह सपना दर्शाता है कि पिछले कुछ दिनों से आप किसी मानसिक तनाव से पीड़ित हैं। मुक्त और आनन्दमय जीवन व्यतीत करने की आप की ललक इस सपने से प्रकट होती है। जैसे ही आप का तनाव समाप्त या कम हो जावेगा, आप को आवारा लोगों के सपने दिखाई देने बन्द हो जायेंगे।

(६७) धारा के विरुद्ध तैराकी

स्वप्न : सपने में मैंने देखा कि मैं सागर में धारा के विरुद्ध तैर रहा हूँ, और किनारे पर खड़े कुछ लोग मुझ पर हँस रहे हैं।

व्याख्या : शायद आप अपने वास्तविक जीवन में बाधाओं को पार कर के सफलता प्राप्त करने का प्रयत्न कर रहे हैं। यह सपना इस बात का संकेत है कि आप के मन में यह डर है कि शायद आप अपने प्रयत्नों में सफल न हो पायें और तब आप को लोगों की हँसी का शिकार होना पड़ेगा। इस डर को मन से निकाल देना ही उचित होगा।

(६८) पर्वत पर अपना डेरा

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊँचे पर्वत की चोटी पर स्थित एक भवन में अकेला बन्द हूँ। भवन के दरवाजे के बाहर खड़े कुछ लोगों की परिचित आवाज़ें मुझे सुनाई दे रही हैं, 'दरवाजा खोलो, दरवाजा खोलो।' मैं दरवाजा खोलने के लिए आगे बढ़ता हूँ, पर तभी बन्द दरवाजों का अनन्त क्रम आरम्भ हो जाता है। एक दरवाजा खोलता हूँ, तो उस के सामने दूसरा बन्द दरवाजा नजर आने लगता है।

व्याख्या : लगता है, आप शुरू से ही अकेले रहने के आदी हैं, पर आप का अवचेतन (जो सपने में लोगों की परिचित आवाजों के रूप में प्रकट हुआ) आप को लोगों के बीच देखना चाहता है। यह स्वप्न आप के इसी अन्तर्द्वन्द्व को व्यक्त करता है। हिम्मत कर के, एकाकीपन का वह बन्धन तोड़ डालिए, जो आप ने खुद अपने धारों और लगा रखा है। फिर सपने में आप को बन्द दरवाजे नहीं दिखाई देंगे।

(६९) जल-समाधि

स्वप्न : कल रात एक डरावना सपना देखने के बाद मेरी आँख खुल गयी। सपने में मैंने देखा कि मैं नदी में तैर रहा हूँ, पर सहसा लहरें मुझ पर हावी हो जाती हैं, और कुछ देर बाद मुझे डुबा देती हैं।

व्याख्या : आप अत्यन्त भावुक प्राणी मालूम होते हैं। इस सपने से पूर्व, आप किसी उत्कट भावना के वशीभूत हो कर कोई ऐसा कार्य करते जा रहे थे जिस का परिणाम काफ़ी गम्भीर होता। सपने ने आप को चेतावनी दी है कि भावना के वशीभूत होने के स्थान पर विवेक से काम लें।

(७०) पुलिसमैन

स्वप्न : वास्तविक जीवन में मैं कानून का पालन करने वाला व्यक्ति हूँ। पर कल रात मैंने देखा कि एक पुलिसमैन मेरे सामने गिड़गिड़ा रहा है, और मैं उसे बराबर पीटे जा रहा हूँ।

व्याख्या : आप कठोर और नैतिकतापूर्ण वातावरण में पले और बड़े हुए मालूम होते हैं। अब आप अपनी अन्तरात्मा के कठोर अंकुश से मुक्त होना चाहते हैं। सपने का पुलिसमैन आप की अन्तरात्मा का प्रतीक है, और आप का उसे पीटना इस बात का संकेत है कि आप मनमाना और निरंकुश जीवन जीना चाहते हैं।

(७१) सहेली के साथ भोजन

स्वप्न : मेरी एक सहेली मुझे बहुत चाहती है। उस की शादी के बाद उस ने मुझे खाने पर आमन्त्रित किया (सपने में) और वे ही व्यंजन खाने को दिये जो मुझे बहुत पसन्द हैं। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है ?

व्याख्या : अर्थ सीधा-सादा है। आप भी अपनी सहेली की भाँति विवाह करना चाहती हैं, पर यह भी चाहती है कि आप की सहेली इस के लिए आप को मजबूर करे।

(७२) परीक्षा

स्वप्न : मैंने सपने में देखा कि मैं एक ऐसी परीक्षा में बैठ रहा हूँ, जिस में मैं कई वर्ष पूर्व सफल हो चुका था।

व्याख्या : फ्राँड ने ऐसे ही एक सपने की व्याख्या इस प्रकार की है : 'आने वाले कल से भयभीत न होइए। उन क्षणों की याद कीजिए जो आपने वास्तविक जीवन में दी गयी परीक्षा से पूर्व इस चिन्ता में बिताये थे कि मालूम नहीं आप इस परीक्षा में सफल होंगे या नहीं। यह भी याद कीजिए कि इस चिन्ता के बावजूद आप उस में सफल हो गये थे। इस विश्वास के साथ भविष्य का सामना कीजिए कि आप भविष्य में अन्य परीक्षाओं में भी सरलतापूर्वक सफल हो जायेंगे।

(७३) अँधेरे, बन्द कमरे

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मैं एक ऐसे अँधेरे, बन्द कमरे में बन्द हूँ, जिस के अन्दर एक सीढ़ी है, जो कहीं ऊपर जा रही है, और कहीं नीचे।

व्याख्या : यह अँधेरा, बन्द कमरा आप के अवचेतन का प्रतीक है, और ऊपर-नीचे जाती हुई सीढ़ियाँ अनिश्चित भविष्य का। आप दोनों से डरते हैं, इसीलिए आप को यह सपना दिखाई दिया। आप अपने प्रति जो धारणाएँ मन में सजाये बैठे हैं, वे तब ध्वस्त हो जायेंगी, जब आप अपने अवचेतन की बात सुनें। पर आप फ़िलहाल इस ज्ञान के प्रकाश में न आ कर अज्ञान के अँधेरे में रहना चाहते हैं।

(७४) घर के ऊपर उड़ान

स्वप्न : सपने में मैं ने अपने को बिना किसी यान की मदद से अपने घर के ऊपर उड़ते देखा। यह भी देखा कि एक अप्रिय व्यक्ति मुझे पकड़ने की कोशिश कर रहा है। लेकिन, मैं उस को पकड़ में नहीं आता।

व्याख्या : इस सपने से दो बातें स्पष्ट हैं। पहली—आप के जीवन में कोई न कोई ऐसा व्यक्ति ज़रूर मौजूद है, जो हमेशा आप को आप की मर्जी के खिलाफ अपने क़ाबू में रखने का प्रयत्न करता रहता है। आप को पकड़ने की कोशिश करने वाला अप्रिय व्यक्ति इसी व्यक्ति का प्रतीक है। दूसरी—आप शायद नौकरी करते हैं, और स्वतन्त्र व्यवसाय करने के इच्छुक हैं। अपने मकान के ऊपर आप का उड़ना इसी इच्छा को अभिव्यक्त करता है। यह आप की सब से आगे रहने की आन्तरिक इच्छा को भी दर्शाता है।

(७५) हत्या

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मैं किसी अजनबी का गला घोट रहा हूँ। ऐसी कल्पना तो मैं सपने में भी नहीं कर पाता।

व्याख्या : आप कर पाते या नहीं, यह तो कहा नहीं जा सकता, पर आप के अवचेतन ने इस सपने के माध्यम से ऐसी कल्पना अवश्य कर ली। सावधान रहिए, कहीं आप को कुण्ठाएँ आप को कोई उग्र कार्य करने पर मजबूर न कर दें।

(७६) प्रियजन की मृत्यु

स्वप्न : सपने में मैं ने अपने एक प्यारे रिश्तेदार की मृत्यु का दृश्य देखा ।
इन सज्जन का मैं बहुत आदर करता हूँ ।

व्याख्या : भले ही आप दिखावे के लिए उन का आदर करते हो, पर इस सपने से यह स्पष्ट है कि मन ही मन आप उन से बहुत घृणा करते हैं, इतनी अधिक घृणा कि उन की मृत्यु से भी आप को कोई दुःख न होगा ।

(७७) बेजान वस्तुएँ जानदार बनीं

स्वप्न : एक अजीब सपने में मैं ने देखा कि मेरे कमरे की सब बेजान वस्तुएँ जानदार बन गयी हैं, और आदमियों की तरह चल-फिर रही हैं ।

व्याख्या : यह इस बात का संकेत है कि आप अपने कुछ अनुभवों को किसी भी रूप में व्यक्त या साकार करने के लिए व्यग्र हैं । जैसे कथा-कहानी, चित्र या गीत आदि के रूप में ।

(७८) बौनापन

स्वप्न : मैं ने सपने में देखा कि मैं कालेज की एक क्लास में पढ़ा रहा हूँ । पढ़ाते-पढ़ाते मैं अचानक बौना हो जाता हूँ, और क्लास के लड़के मुझे देख कर हँसने लगते हैं ।

व्याख्या : यह सपना इस तथ्य की ओर इशारा करता है कि क्लास के लड़के आप के अनुशासन में नहीं रह पाते ।

(७९) भूत

स्वप्न : सपने में मैं ने अपने को उस स्कूल की इमारत में पाया जहाँ मैं दस साल पहले पढ़ा करता था । कुछ सेकण्ड बाद मुझे अपने चारों ओर भूत ही भूत दिखाई दिये ।

व्याख्या : शायद स्कूल में आप का समय सुखपूर्वक नहीं बीता । उन दिनों की अप्रिय घटनाओं की यादें ही आप के सपने में भूतों की शक्ल में आयी थी ।

(८०) स्नान

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने-आप को बार-बार स्नान करते देखा । यह सपना मेरी समझ में नहीं आया ।

व्याख्या : यह सपना आसानी से आप की समझ में आ जायेगा, यदि आप इस बात को समझ लें कि अपने विचारों को शुद्ध और पवित्र रखने की आप की बलवती इच्छा ही इस स्नान-स्वप्न में साकार हुई है ।

(८१) तैराकी

स्वप्न : एक सपने में मैं ने देखा कि मैं सागरतट पर खड़ी हूँ, जहाँ अनेक व्यक्ति सागर में स्नान कर रहे हैं। काफ़ी लोगों को सागर में तैरते देख कर मैं भी सागर में तैरना आरम्भ करती हूँ, पर तैराकी के बाद पाती हूँ कि मेरा शरीर बुरी तरह सूज गया है, और मैं काफ़ी असुन्दर दिखाई देने लगी हूँ।

व्याख्या : तैराकी एक आनन्ददायक क्रोड़ा है। सपनों में यह आनन्ददायक रतिक्रिया का प्रतीक है। आप के सपने से लगता है कि आप विवाह करने और गर्भ धारण करने से डरती हैं। शायद आप के माता-पिता का वैवाहिक जीवन सुखी न था, या आप ने किसी ऐसे परिवार की दुर्दशा देखी है, जहाँ ज्यादा बाल-बच्चों के कारण हमेशा कलह मची रहती थी। जब तक आप किसी कुशल मानस रोग-विशेषज्ञ के इलाज से अपनी इस मानसिक ग्रन्थि से मुक्त नहीं हो जाती, तब तक आप को न रतिक्रिया में आनन्द आयेगा, और न बच्चों की माँ बनने में।

(८२) अपने ही घर में चोरी

स्वप्न : सपने में मैं ने देखा कि मैं अपने ही घर में चोरी कर रहा हूँ।

व्याख्या : आप के मन में अपने ही घर के किसी व्यक्ति का प्रेम या उस की सत्ता चोरी करने की प्रबल आकांक्षा है। आप चाहते हैं कि अनायास चोरी-चोरी यह प्रेम या सत्ता आप को मिल जाये।

(८३) रंगाई और रंगाई

स्वप्न : सपने में मैं ने अपना फ्लेट रँगना शुरू किया, तो रँगती ही गयी। हर बार मुझे लगता था कि कोई न कोई खामी रह गयी है रँगाई में। यह सपना जब टूटा, तब तक रँगते-रँगते मेरे हाथ थक चुके थे।

व्याख्या : जाहिर है कि आप अपने किसी गुप्त अपराध को छिपाने के लिए बार-बार झूठ बोलती हैं। और जितना ही आप झूठ बोलती हैं, उतना ही आप को लगता है कि अभी भी अपराध के जगजाहिर हो जाने की आशंका मिटी नहीं है।

(८४) पीने के लिए पानी

स्वप्न : कल रात मैं ने सपने में देखा कि मैं अपने प्रेमी के साथ बाहर जाने की तैयारियाँ कर रही हूँ। अपने कपड़ों पर लोहा करते समय मेरे कपड़ों में आग लग जाती है, और मैं अपने प्रेमी से उसे बुझाने को कहती हूँ। प्रेमी पानी आग को बुझाने के स्थान पर मुझे ही पीने को दे देता है।

व्याख्या : आप ने जब सपना देखा, तब आप को जोर से प्यास लगी होगी। साथ ही आप की यह इच्छा भी रही होगी कि पीने के लिए आप को पानी आप

के प्रेमी के हाथों से मिले। आप को इन्हीं दोनों इच्छाओं का स्वप्नीकरण आप के सपने में हुआ।

(प्रश्नकर्ता ने बाद में व्याख्याकार को बताया कि उसे सचमुच सपना देखते समय प्यास लगी थी, और सोने से पहले उस ने अपने प्रेमी को याद किया था।)

(८५) घुड़सवारी

स्वप्न : मैं १५-१६ वर्ष का एक नवयुवक हूँ। अभी-अभी मुझे सपना दिखाई दिया था कि मैं घुड़सवारी कर रहा हूँ। घोड़ा मुझे तेज चाल से भगाये लिये जा रहा है। मैं उस की रान खींच कर उसे क्राबू में लाने की कोशिश करता हूँ, पर उस की चाल बढ़ती ही जाती है। जब वह मुझे लिये एक खड्ड में गिरने जा रहा था, तभी मेरी आँख खुल गयी।

व्याख्या : आप की उद्दाम भावनाएँ वह घोड़ा है, जो आप को भगाये लिये जा रही थी। और आप का विवेक घुड़सवार है। चूँकि आप की भावनाएँ आप के विवेक के बश में नहीं हैं, इसलिए आप को यह चेतावनी देना आवश्यक है कि यदि आप की संयम और विवेक द्वारा इन भावनाओं पर क्राबू पाने में सफलता नहीं मिली, तो आप के जीवन में कोई गम्भीर दुर्घटना शीघ्र ही हो सकती है। इस सपने के द्वारा आप के अवचेतन ने आप को यह चेतावनी दी है।

(८६) कैदी

स्वप्न : कुछ ऐसे लोग, जिन्हें मैं ने पहली बार देखा था, सपने में मुझे कैदी बना कर जेल में लिये जा रहे थे। मुझे यह सपना एकदम अविश्वसनीय लगा।

व्याख्या : अधिकांश सपने अविश्वसनीय ही लगते हैं। पर वे जिस भाषा में बोलते हैं, वह कभी गलत बात नहीं कहती। आप का सपना अपनी प्रतीकात्मक भाषा में यह कहता लगता है कि आप सचमुच अपने किसी कृत्य के कारण भयभीत हैं, और आप को आशंका है कि उस के प्रकट होते ही आप के जेल जाने की नौबत आ सकती है।

(८७) गुब्बारे

स्वप्न : मैं बच्चा नहीं हूँ, फिर भी मुझे सपने में गुब्बारे क्यों दिखाई देते हैं ?

व्याख्या : आप सचमुच देखना तो चाहते हैं पुष्ट स्तन, पर उन्हें देखना चूँकि आप की मान्यताओं के कारण गलत है, इसलिए आप को उन के प्रतीक गुब्बारे दिखाई देते हैं। स्तनों के दो अन्य प्रतीक रसदार सन्तरे और दूध भरा नारियल भी हैं।

(८८) बागवानी

स्वप्न : मैं सपने में अपने को बागवानी करते हुए पाता हूँ।

व्याख्या : यदि आप अविवाहित हैं, तो यह इस बात का संकेत है कि आप विवाह करके पिता बनने के इच्छुक हैं। यदि आप विवाहित हैं, तो इस सपने के अर्थ है कि आप अपने बच्चों में वृद्धि देखना चाहते हैं। बागवानी सृजन तथा नवजीवन की प्रतीक है।

(८९) बिल्लियाँ

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने-आप को बिल्लियों से घिरे पाया।

व्याख्या : बिल्लियों की उपमा आकर्षक और चंचल महिलाओं से की जाती है। सपने में आप का बिल्लियों से घिरे रहना इस बात का द्योतक है कि आप को चंचल और आकर्षक महिलाओं के बीच रहना पसन्द है। यदि आप वास्तविक जीवन में इस प्रकार रह रहे होते, तो आप को यह सपना नहीं दिखाई देता। एक बात और। यदि बिल्लियाँ शान्त बैठी थी, तो जाहिर है कि आप इन महिलाओं को लड़ते-झगड़ते नहीं देखना चाहते। गुराने वाली और आपस में झगड़ने वाली बिल्लियाँ इस बात की सूचक होंगी कि आप को उन के लड़ने-झगड़ने में कोई एतराज नहीं है, या आप को आशंका है कि उन में आपस में लड़ाई-झगड़ा होगा ही।

(९०) चिड़ियाघर

स्वप्न . इधर पिछले दो-तीन सपनों में चिड़ियाघर किसी न किसी रूप में अवश्य आ जाता था।

व्याख्या : सपने में दिखाई देने वाला चिड़ियाघर दो बातों को दर्शाता है। (१) सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को 'खतरनाक जानवर' समझता है, और चाहता है कि कोई उसे पकड़ कर किसी पिजरे में बन्द कर दे। (२) वह अपने-आप को ऐसा 'असहाय जानवर' समझता है जिसे जबर्दस्ती पकड़ कर किसी पिजरे (बन्धन) में बन्द कर दिया गया है और बन्द हो कर भी उसे शान्ति नहीं है, और उसे लोगों का मनोरंजन करने के लिए तरह-तरह के प्रदर्शन और कलाबाजियाँ करनी पड़ती हैं।

(९१) कलाकार

स्वप्न : सपने में मैं एक कलाकार बन जाती हूँ, ऐसी कलाकार जिसे न दौलत मिलती है, न शोहरत, और जो फिर भी अपनी कलासाधना में लीन रहती है। वास्तविक जीवन में कला के प्रति मेरी कोई रुचि नहीं है। फिर भी ऐसे सपने मुझे क्यों दिखाई देते हैं ?

व्याख्या : चूँकि वास्तविक जीवन में आप की कला में कोई रुचि नहीं है, इसलिए यह सपना यही संकेत देता है कि आप जीवन के कटु यथार्थ से त्राण पाने के

लिए व्याकुल है। सपने में को गयी कलासाधना से आप को यह राहत मिल जाती है, भले ही दौलत और शोहरत न मिले।

(९२) सरकस-प्रेम

स्वप्न : सपने में मैं सरकस में काम करने वाली एक लड़की से प्रेम करने लगता हूँ। दिल्लगी यह है कि मैं ने आज तक सरकस देखा तक नहीं।

व्याख्या : सरकस देखा भले ही न हो, उस के बारे में सुना तो होगा और उस के चित्र तो देखे होंगे। आप का अवचेतन इतनी ही जानकारी के आधार पर स्वप्नजगत् में सरकस की सृष्टि कर सकता है। सरकस में काम करने वाली लड़की से सपने में आप का प्रेम इस बात का सूचक है कि आप स्वयं को साधारण लोगों से अलग मानते हैं, और ऐसे ही असाधारण लोगों से सम्बन्ध स्थापित करने के इच्छुक हैं। सरकस में काम करने वाले लोग साधारण व्यक्तियों से भिन्न होते हैं।

(९३) छोटा एंजिन : बड़ी रेल

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मैं एक विशाल रेलवे प्लेटफार्म पर खड़ा हूँ। एक्सप्रेस गाड़ी आने वाली है, और मैं सोच रहा हूँ कि उस के आते ही मैं किसी डिब्बे में न चढ़ कर उस के एंजिन पर सवार हूँगा। तभी एक्सप्रेस धड़धड़ाती हुई प्लेटफार्म पर आती है, पर मुझे यह देख कर बड़ा आश्चर्य होता है कि उस का एंजिन बहुत छोटा है। इतना छोटा कि मैं उस में प्रवेश भी नहीं कर सकता।

व्याख्या : अपने जीवन को सुखी, सफल और समृद्ध बनाने के लिए आप के पास अनेक महत्वाकांक्षापूर्ण योजनाएँ हैं। आप उन्हें जल्द से जल्द क्रियान्वित कर के सफलता के उच्च शिखर पर पहुँचना चाहते हैं। पर उन्हें क्रियान्वित करने के लिए जितनी शक्ति और जीवन की आवश्यकता है, वह दुर्भाग्य से आप के पास नहीं है। आप की यही निराशा इस सपने में साकार हुई है।

(९४) अवैध प्रेम

स्वप्न : सपने में मैं एक बड़े और अँधेरे कमरे में हूँ। कमरे में एक मेज है, जिस पर मेरी प्रिय सखी का शव पड़ा है। उस शव को देख कर मैं अपने-आप से कह रही हूँ—'बेचारी को मरे हुए दो महीने बीत चुके हैं ...।'

व्याख्या : (यह व्याख्या प्रस्तुत करने से पूर्व व्याख्याकार को इस सपने को देखने वाली युवती से काफी देर तक बातें करनी पड़ी थी। इस बातचीत के दौरान उसे ज्ञात हुआ कि दो महीने पूर्व उस की सखी नहीं, बल्कि उस की सखी के छोटे बच्चे की मृत्यु हुई थी। इस अवसर पर सखी का भाई आया था, जिसे यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन प्यार करती थी)। सखी के भाई से मिलने की आप कितनी इच्छुक हैं, यह इस सपने से पता चल जाता है। आप जानती हैं कि वह बिला

वजह नहीं आयेगा। हाँ, अपनी बहन के मरने पर अवश्य आयेगा। भले ही सखी मर जाये, पर इस बहाने आप की उस के भाई से भेंट हो जाये, यह गुप्त पर कुटिल कामना आप के अवचेतन में मौजूद है, यह सपना इस का गवाह है।

(९५) विचित्र परीक्षा

स्वप्न : सपने में देखता हूँ कि मैं एक बड़े हाल में हूँ, जहाँ मुझे एक प्रश्नपत्र का उत्तर देना है। मेरे सिवा अन्य विद्यार्थी अपनी बाल्यावस्था में हैं, और प्रश्नपत्र भी उन्हीं के स्तर के है। मैं प्रश्नपत्र के प्रश्नों का उत्तर आसानी से दे देता हूँ, लेकिन फिर भी मुझे अन्य विद्यार्थियों के सामने शर्मिन्दा किया जाता है।

व्याख्या : इस प्रकार के सपने अक्सर दिखाई देते हैं। इन का सीधा सम्बन्ध सपना देखने वाले व्यक्ति की वर्तमान अवस्था से होता है। इस प्रकार के सपनों का सीधा-सादा संकेत यह होता है कि सपना देखने वाला जीवन के परीक्षा-हाल में परीक्षा देने आया है। इस विशेष सपने का अर्थ कुछ भिन्न है। यह इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाला व्यक्ति जीवन की कठोर समस्याएँ तो दूर, साधारण समस्याओं को हल करने में भी असमर्थ है, और इस कारण उसे उन लोगों के सामने नीचा देखना पड़ता है, जिन्हें वह अपने से छोटा मानता है।

(९६) घाव

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मेरा हाथ सूज रहा है, और उस में बेहद तकलीफ़ हो रही है। जागने पर मैंने पाया कि वहाँ सचमुच एक घाव होना शुरू हो गया है। दो-तीन दिन बाद इस घाव की वजह से मुझे वाकई बेहद तकलीफ़ होने लगी।

व्याख्या : यह घाव सचमुच उस समय से भी पूर्व बढ़ना आरम्भ हो गया था, जब आप ने यह सपना देखा था। आप के अवचेतन ने उसे तब पहचान लिया था, जब नींद में आप का चेतन मन शान्त था।

(९७) सँकरी होती जा रही सड़क

स्वप्न : एक लम्बी और लहरियादार सड़क है, और सपने में मैं उस पर चलता जा रहा हूँ। चलते-चलते मेरे पाँव दुखने लगते हैं। जब मैंने वे जूते पहन रखे हैं, जो मैं दस साल की उम्र में पहना करता था। मैं उन्हें ढोला कर के आगे बढ़ता हूँ, पर तभी सड़क सँकरी होने लगती है। तभी एक बूढ़ा आदमी न जाने कहाँ से आ कर मुझे जूते उतारने का आदेश देता है।

व्याख्या . सँकरी सड़क जीवन-पथ का प्रतीक है। आरम्भ में इस के लहरिया-दार होने के अर्थ हैं कि आप समझते हैं कि उस पर सीधे-सीधे चल कर लक्ष्य प्राप्ति

नहीं को जा सकती। आप इस पथ को अपने बचपन के अनुभवों के आधार पर तय करना चाहते थे, पर शीघ्र ही आप को पता चल गया कि जीवन की समस्याओं को हल करने के लिए वयस्क दृष्टिकोण अपनाना होगा। जूते उतारने का आदेश देने वाला बूढ़ा व्यक्ति अनुभव और अकलमन्दी का प्रतीक है।

(९८) माँ से नाराज़ी

स्वप्न : मैं समझता हूँ कि कुछ सपनों के पीछे दानवों का हाथ रहता है। ऐसा न होता, तो मुझे यह अजीब और खौफनाक सपना दिखाई न देता। इस सपने में मैंने देखा कि सुबह का वक्त है, और मैं तथा मेरी पत्नी अभी उठे ही हैं। इतने में मेरी माँ हम दोनों के लिए चाय ले कर आ जाती है। मैं सहसा अपना आपा खो बैठता हूँ, और माँ से नाराज़ी से चाय वापस ले जाने को कहता हूँ। कुछ अपशब्द भी मेरे मुँह से निकल जाते हैं। जाग्रतावस्था में मैं कभी अपनी माँ के साथ इस तरह पेश नहीं आया। मैं उन का बड़ा आदर करता हूँ।

व्याख्या : स्वप्नशास्त्री कहते हैं कि जिन दानवों और देवताओं की कल्पना आप दूसरों में करते हैं, वे सब हमारे अवचेतन में ही मौजूद हैं। आप को जो सपना दिखाई दिया, उस के पीछे कोई दानव न था, स्वयं आप के अवचेतन में छिपी आप की ही यह भावना है कि शादी हो जाने के बाद भी माँ आप का पोछा नहीं छोड़ती, और यह कि वह आप को अब तक बच्चा ही समझती है। आप विश्वास करें या न करें, आप के सपने के मूल में आप का यही रख है। पर, मानव स्वभाव ऐसा है कि सौ में से नब्बे व्यक्ति उन सच्चाइयों का सामना नहीं कर पाते, जो उन के अवचेतन की गहराइयों से प्रकट होती हैं, और उस के लिए किसी दानव चुड़ैल या अन्य किसी बाहरी प्रभाव को ज़िम्मेवार समझने लगते हैं।

(९९) अँधेरी गुफा और अनखुले बोरे

स्वप्न : सपने में मैं अपने को एक अँधेरी गुफा में पाता हूँ, जिस में हजारों बन्द बोरे रखे हैं। चाह कर भी मैं उन्हें खोल नहीं पाता। कुछ दूर पर एक दरवाजा है, जिस के बाहर एक पहाड़ी स्थित है। मैं इस पहाड़ी पर चढ़ना आरम्भ करता हूँ, पर कुछ देर बाद मेरी बेत जवाब दे जाती है, और मैं नीचे गिरना शुरू कर देता हूँ। गिरता हूँ तो गिरता ही चला जाता हूँ। गिरने का अन्त नहीं होता।

व्याख्या : इस सपने की व्याख्या ऊपर वाले सपने की व्याख्या के समान ही होगी। अँधेरी गुफा आप के अवचेतन की प्रतीक है, और उस में रखे हजारों बन्द बोरे उन सच्चाइयों का प्रतीक हैं जिन का साक्षात्कार करने का साहस आप में नहीं है। इन सच्चाइयों को नज़र-अन्दाज़ कर के आप प्रयत्नपूर्वक अपने जीवन की कठिनाइयों का सामना करना चाहते हैं, पर चूँकि इस कार्य में आप को अपने अवचेतन का समर्थन

और आधार प्राप्त नहीं है, इस लिए आप असफल रहते हैं। इतना ही नहीं, जैसा कि आप की अन्तहीन गिरावट दर्शाती है, आप को भय है कि आप इन कठिनाइयों पर कभी हावी नहीं हो पायेंगे। जब तक किसी प्रशिक्षित मानस-रोग-विशेषज्ञ की देखरेख में आप का मानसिक विश्लेषण नहीं होगा, आप की कठिनाइयों का अन्त नहीं हो पायेगा।

(१००) रेल-यात्रा, जो न हो पायी

स्वप्न : सपने में मैं अपने सारे सामान के साथ प्लेटफार्म पर मौजूद हूँ। वहाँ काफी शोरगुल हो रहा है। जैसे ही ट्रेन प्लेटफार्म पर आती है, मैं सामान एक डिब्बे में रखना आरम्भ कर देता हूँ। पर, तभी गार्ड आ कर मुझ से कहता है कि मैं इतने सामान के साथ सफ़र नहीं कर सकता। मैं उसे अपना रेल-टिकट दिखलाना चाहता हूँ, पर वह काफ़ी दूँढ़ने पर भी नहीं मिलता।

व्याख्या : आप एक महत्वाकांक्षी व्यक्ति हैं, पर आप ने अन्दर जिन अनेक मानसिक ग्रन्थियों को जन्म दे रखा है, वे आप की महत्वाकांक्षाएँ पूरी नहीं होने देती। रेल प्लेटफार्म उस निश्चय का प्रतीक है, जो आप ने अपनी महत्वाकांक्षाओं को पूरा करने के लिए किया होगा। प्रस्तावित रेलयात्रा महत्वाकांक्षाओं का प्रतीक बन कर सपने में आयी है। सामान आप की मानसिक ग्रन्थियों का प्रतीक है। गार्ड आप का विवेक है, जो आप को यह सलाह दे रहा है कि महत्वाकांक्षाओं की पूर्ति इन ग्रन्थियों से छुटकारा पाये बिना सम्भव नहीं। रेल-टिकट का न मिलना इस बात को दर्शाता है कि अभी आप में उन गुणों की कमी है, जो आप की महत्वाकांक्षाओं की पूर्ति के लिए आवश्यक है।

(१०१) बर्फ़

स्वप्न : चारों ओर हिम ही हिम है, और मैं अपने को ऐसे स्थान में पा कर बड़ा प्रसन्न हूँ। क्या आप इस सपने की व्याख्या कर सकेंगे ?

व्याख्या : सपने के पूरे विवरण के अभाव में व्याख्या अधूरी ही रहेगी। वैसे, सपने में हिम का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले व्यक्ति का झुकाव या तो अध्यात्म की ओर है, या निर्दोष रूप से सुन्दर और पवित्र किसी कुमारी की ओर।

(१०२) सागर

स्वप्न : सपने में मैं एक जहाज में बैठा जा रहा हूँ। जहाज के कुछ यात्री नावों में बैठ कर कुछ देर के लिए सागर-विहार करना चाहते हैं, पर मैं उन में सम्मिलित नहीं होता। मुझे समुद्र से न जाने क्यों एक अज्ञात भय है।

व्याख्या : विख्यात स्वप्नशास्त्री तथा मानसशास्त्री जुंग ने सागर से सम्बन्धित सपनों के बारे में कहा है : 'सपने में सागर अवचेतन का प्रतीक है, अवचेतन जिस की

अथाह गहराइयों में न जाने कितने प्रिय और अप्रिय रहस्य छिपे पड़े हैं। समुद्र के प्रति भय, वास्तव में अवचेतन में छिपी सच्चाइयों के प्रतिभय का प्रतीक है। जो विवरण आप ने दिया है, उस के आधार पर सिर्फ इतना ही कहा जा सकता है कि आप स्वयं अपने अवचेतन के प्रति भयभीत और शंकित हैं। इस भय का मूल कारण स्वयं आप के अन्दर ही मौजूद है, और स्वयं आप ही उसे भलीभाँति समझ कर दूर कर सकते हैं। सपने और स्वप्नशास्त्री आप की महज मदद ही कर सकते हैं।

(१०३) भेड़िये से लड़ाई

स्वप्न : मैं ने सपने में अपने-आप को एक खूंखार भेड़िये से लड़ते पाया। सपना इतना अधिक डरावना था कि मैं उसे पूरा नहीं देख पाया, और बीच में ही मेरी आँख खुल गयी।

व्याख्या : यह खूंखार भेड़िया आप ही के अवचेतन में छिपे किसी हिंसक तथा आक्रमणशील विचार का प्रतीक है। ईमानदारी से अपने अन्दर झाँक कर उस विचार की खोज करने का प्रयत्न कीजिए। जब इस विचार का पता आप को चल जाये, तो सोचिए कि इस विचार के अनुसार चलने में आप को लाभ है या हानि? निश्चय ही आप इस निष्कर्ष पर पहुँचेंगे कि इस में हानि ही होगी। यदि सपना आप को पूरा दिखाई दिया होता, तो यह जाना जा सकता था कि इस लड़ाई में जीत किस की हुई, आप की या भेड़िये की। यदि जीत भेड़िये की होती तो इस के स्पष्ट अर्थ यह थे कि आप का हिंसक विचार फिलहाल आप के ऊपर हावी है। आप की जीत के अर्थ होते कि आप में उस विचार पर हावी होने का साहस और सामर्थ्य मौजूद है।

(१०४) प्रकाश-पुंज

स्वप्न : अपना एक विचित्र स्वप्न व्याख्या के लिए प्रस्तुत कर रहा हूँ। इस सपने में मैं ने देखा कि सोने की भाँति दीप्तिमान् हो कर मैं कीचड़ के किनारे खड़ा हूँ। सहसा, कीचड़ के अन्दर से एक प्रकाश-पुंज बाहर आता है, और कुछ सेकंड बाद, एक धमाके के साथ फूट जाता है। फूटते ही यह प्रकाश-पुंज एक अन्तहीन स्तम्भ का रूप धारण कर लेता है। मैं बड़ी आसानी से इस स्तम्भ के सहारे ऊपर चढ़ता चला जाता हूँ। कुछ देर बाद मुझे एक सुनहरी द्वार के दर्शन होते हैं। जैसे ही मैं उसे पार करता हूँ, अपने को सूर्य के सम्मुख पाता हूँ। उस समय मुझे जो सुखद अनुभूति हुई थी, वह आज तक तन-मन में व्याप्त है।

व्याख्या : यह एक महान् स्वप्न है, और आप की निर्मल अन्तरात्मा तथा आधुनिक आकांक्षाओं की पूर्ति करने की आप की बलवती इच्छा का प्रतीक है। सपने में आरम्भ में कीचड़ का दिखाई पड़ना इस बात को दर्शाता है कि आप को आरम्भ में अनेक निराशाओं और विषादों का सामना करना पड़ेगा। पर, सपने के अन्त से स्पष्ट

हैं कि आप इन का सफलतापूर्वक सामना करने में समर्थ हो सकेंगे तथा एक न एक दिन उस आध्यात्मिक ऊँचाई को प्राप्त कर सकेंगे, जिस की ललक आप के मन में है।

(१०५) अन्तहीन ऊँचाइयों की ओर

स्वप्न : मुझे एक सपने में दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊँचे पर्वत के शिखर पर बैठा हूँ। नीचे घाटी में असंख्य दास लोग अपने-अपने कार्यों में व्यस्त हैं। उन्हें देख कर मेरे मन में विचार आता है, और ऊँचाई पर पहुँचकर मैं इन सब का स्वामी बन सकूँगा। तभी मैंने ऊपर उठना आरम्भ कर दिया। मेरे हाथ में न जाने कहाँ से एक तलवार भी आ गयी, जिस से मैं रास्ते में आने वाले सब अवरोधों को काटता चलता था।

व्याख्या : लगता है कि आप एक लजालू और हीनभावना से ग्रस्त व्यक्ति हैं। जीवन में काफी अपमान भी आप ने सहा लगता है। चूँकि आप को लगता है कि आप हीन व्यक्ति हैं, अतएव औरों से ऊपर उठने और आगे बढ़ने की अदम्य आकांक्षा भी आप के अन्दर मौजूद है। यही आकांक्षा इस सपने का रूप धारण करके प्रकट हुई है।

(१०६) आग की लपटे

स्वप्न : सपने में अपने को एक खुले पर अँधेरे मैदान में पाता हूँ। मैदान के बीचो-बीच बड़ी तेज आग जल रही है। मैं उस आग के समीप जाता हूँ। समीप आ कर कोई अज्ञात शक्ति मुझे आग की लपटों के बीच जाने को बाध्य करती है। लपटें मुझे छूती तो हैं, पर जलाती नहीं। लपटों को पार करने के बाद मुझे एक चमकीले स्तम्भ के दर्शन होते हैं, जिस के शिखर पर सूर्य के समान तेजस्वी अग्निपुंज विराजमान है।

व्याख्या : आप एक लजालू व्यक्ति हैं, पर आप का अन्तर्मन आग के समान उच्च और पवित्र विचारों से प्रज्वलित है। इस स्वप्न से स्पष्ट है कि एक न एक दिन आध्यात्मिक क्षेत्र में उन्नति करने की आप की आकांक्षा अवश्य पूरी होगी।

(१०७) जलता हुआ घर

स्वप्न : सपने में मैंने देखा कि मेरा घर जल रहा है, वह घर जिसे मैंने अभी हाल में खरीदा था, और बड़े शौक से सजाया था।

व्याख्या : किसी वस्तु को नष्ट करने वाली आग का सपना अधिकतर अशुभ ही होता है। और इस सपने में तो आपने खुद अपने घर को जलते देखा है। प्रस्तुत विवरण के आधार पर इतना ही कहा जा सकता है कि पत्नी या रिश्तेदारों से मन-मुटाव हो जाने के कारण या अन्य कारणवश, आप अपने ही घर में 'आग लगाने' पर उतारू हो गये हैं।

(१०८) उपजाऊ धरती

स्वप्न : विवाह के कुछ दिन बाद मैं ने सपना देखा कि उस घर के चारों ओर, जो मेरे पति ने विवाह के बाद किराये पर लिया था, पेड़ और फलफूल वाले झाड़ उग आये हैं। वास्तव में हमारे घर के चारों ओर इतनी गन्दगी है कि कुछ पूछिए मत।

व्याख्या : इस सपने में दिखाई पड़ने वाली उपजाऊ धरती स्वयं आप की सुखी और बाल-बच्चों से भरी-पूरी गृहस्थी बसाने की इच्छा का प्रतीक है। यह इस बात का सबूत भी पेश करता है कि आप उन कठिनाइयों से परिचित हैं, जिन का सामना आप को इस इच्छा की पूर्ति के लिए करना होगा। पर, अन्त में आप उन कठिनाइयों पर पार पाने में सफल हो जायेंगी।

(१०९) बाढ़

स्वप्न : मेरे दस साल के लड़के ने मुझे कल बताया कि उस ने एक अजीब सपना देखा है। सपने में उसे दिखाई दिया कि हमारे घर के सामने एक नदी बह रही है (वास्तव में कोई नदी हमारे घर के सामने नहीं बहती) और वह उस के किनारे बैठा है। सहसा नदी में बाढ़ आ जाती है, और उस की वजह से हमारा घर डूबने को होता है। पर, एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति अचानक प्रकट हो कर बाढ़ को रोक देता है, और नदी पहले की भाँति शान्त हो जाती है।

व्याख्या : बच्चों का मन बड़ा संवेदनशील होता है। इस सपने से स्पष्ट है कि आप का लड़का ऐसे वातावरण में बड़ा हुआ, जहाँ शान्ति थी, और आप में और आप के पति में प्रेमभाव था। कुछ दिनों से यह प्रेमभाव कम हो जाने से घर की शान्ति भी गायब होने लगी है। नदी का शान्त जल इस प्रेमभाव और घर की शान्ति का प्रतीक है। उस में बाढ़ आ जाना इस बात का प्रतीक है कि लड़के के संवेदनशील मन ने क्रमशः गायब हो रही शान्ति के तथ्य को भलीभाँति जान लिया है। सपने के अन्त में एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति का प्रकट हो कर बाढ़ को शान्त करना इस बात का परिचायक है कि आप का लड़का चाहता है कि कोई सज्जन व्यक्ति कहीं से आ कर आपके और आप के पति के झगड़ों को समाप्त कर दे, और घर का वातावरण पहले की भाँति शान्त और सुखी बन जाये। आशा है, आप और आप के पति इस सपने के संकेत से सबक लेंगे, और अपने आपसी झगड़ों को समाप्त कर देंगे।

(११०) अस्पताल में अकेली रोगिणी

स्वप्न : सपने में मैं ने पाया कि मैं किसी अस्पताल के एक वार्ड में पड़ी हूँ, वार्ड जो विशाल होने पर भी एकदम खाली है। सिर्फ मैं ही वहाँ एक पलंग पर लेटी हूँ। अचानक, एक डॉक्टर वार्ड में मेरे मृत पिता के साथ प्रवेश करते हैं, और मेरा निरीक्षण करने के पश्चात्, मेरे मृत पिता से कहते हैं, 'आप सिगरेट पीना छोड़ दें,

तो आप की लड़की बच सकती है, नहीं तो दिल के दौरों की वजह से ही उस की मृत्यु हो सकती है।' मुझे सचमुच ऐसा दौरा एक बार पड़ चुका है, और तब मुझे ऑफिस से लम्बी छुट्टी लेनी पड़ी थी।

व्याख्या : चूँकि आप के पिता की मृत्यु हो चुकी है, इसलिए सपने में आप को उन का दिखाई देना इस बात का सूचक है कि आप उन के स्थान पर किसी ऐसे व्यक्ति को कल्पना कर रही थी, जिस से आप अपने पिता की भाँति डरती हैं। सम्भवतः यह व्यक्ति आप का बाँस है, जिस का सिगरेट पीना आप को अच्छा नहीं लगता, क्योंकि वह आप को डाँटते समय हमेशा सिगरेट पीता रहता है। अच्छा यही होगा कि आप इस नौकरी को छोड़ कर कोई और नौकरी तलाश कर लें, नहीं यह बढ़ता हुआ मानसिक तनाव सचमुच दिल के दौरों के रूप में आप को समाप्त कर सकता है।

(१११) सहायक अध्यापक की मृत्यु

स्वप्न : कल रात जो अजीबोगरीब सपना मैं ने देखा, मैं उस से अभी तक स्तब्ध हूँ। इस सपने में मुझे दिखाई दिया कि मुझे घर पर संस्कृत पढाने वाले अध्यापक की मृत्यु हो गयी है, और लोग बड़े धूमधाम से उन का अन्तिम संस्कार करने जा रहे हैं। इन अध्यापक के कारण ही मैं ने बी० ए० में संस्कृत में प्रथम स्थान पाया है। वे अत्यन्त नम्र स्वभाव के व्यक्ति हैं, और मेरी पढाई में उन्होंने काफी भ्रम किया था। वे सहायता न करते, तो मुझे प्रथम स्थान कभी न मिलता। फिर ऐसा निराला सपना क्यों ?

व्याख्या : यह निराला सपना आप को जिस कारण से दिखाई दिया, उसे समझने के लिए आप को एक अप्रिय सत्य का सामना करना पड़ेगा। यह अप्रिय सत्य, जिस से आप का चेतन मन परिचित नहीं है, यह है कि अब आप को इन सज्जन अध्यापक की कोई आवश्यकता नहीं है। उन की सहायता से जितना लाभ आप को उठाना था, आप उठा चुकी। अब आप का अवचेतन चाहता है कि वह हमेशा के लिए 'खरम' हो जायें, ताकि आप को सब से गर्वपूर्वक यह कहने का अवसर मिल सके कि आप संस्कृत में अपनी मेहनत के बल पर प्रथम आयी थीं।

(११२) दूध की बोतल

स्वप्न : सपने में मैं ने देखा कि मैं पड़ोस की एक लड़की के साथ, जिसे मैं बचपन से जानता हूँ, बैठा हूँ। लड़की के हाथ में दूध की बोतल है, जिसे मैं उस के हाथ से जबर्दस्ती छीन कर दूध पीना चाहता हूँ। लड़की डर कर भाग जाती है।

व्याख्या : मन ही मन आप इस लड़की से सहवास करने के इच्छुक हैं। पर, यह भी जानते हैं कि ऐसा आप जोर-जबर्दस्ती कर के ही कर पायेंगे, और लड़की पर इस जबर्दस्ती का प्रभाव अच्छा नहीं होगा। सम्भवतः आप के चेतन मन को आप की

इस इच्छा का पता न हो, या इस सपने से जाहिर है कि यह आप के अवचेतन में कहीं छिपी है, और कभी भी किसी न किसी रूप में अभिव्यक्त हो सकती है।

(११३) स्नान-सुख

स्वप्न : सपने में मैं एक सरोवर के किनारे खड़ा हूँ। आस-पास कोई और नहीं है। सहसा, मैं अपने सब कपड़े उतार कर सरोवर में कूद पड़ता हूँ। इस स्नान से मुझे जो सुख मिला, वह अवर्णनीय है।

व्याख्या : आप के मन में तृप्तिदायक स्त्री-सहवास की जो सुप्त इच्छा है, यह सपना उसी को साकार कर रहा है।

(११४) मुक्त विहंग

स्वप्न : कल्पना कीजिए कि बाल-बच्चों वाला एक जिम्मेदार व्यक्ति अपने को सपने में एक मुक्त विहंग की भाँति उड़ते देख कर क्या सोचेगा ? मुझे ऐसा ही एक सपना दिखाई दिया था।

व्याख्या : व्यस्त बन्धनों में बँधे और जिम्मेदार व्यक्ति को ऐसे सपने प्रायः दिखाई देते हैं। यह इस बात का प्रतीक है कि आप मन ही मन अपने बन्धनों और अपनी जिम्मेदारियों से मुक्त होना चाहते हैं। भले ही आप के चेतन मन को आप की यह इच्छा अनुचित लगे, पर आप के अवचेतन मन के लिए यह न अनुचित है, और न अस्वाभाविक।

(११५) सोने की चाबी

स्वप्न : जैसे ही मैं ने सपने में अपना पर्स खोला, उस में सोने की एक चाबी रखी दिखाई दी।

व्याख्या : यह एक शुभ स्वप्न है, और अपनी प्रतीकात्मक भाषा में आप से यह कह रहा है कि जिन कठिनाइयों और समस्याओं के कारण आप कुछ दिनों से परेशान थीं, उन का हल आप को शीघ्र ही मिलने वाला है। चाबी का सुनहरा रंग इस बात का संकेत देता है कि इस हल से आप को आर्थिक लाभ होने की भी आशा है।

(११६) मातम

स्वप्न : मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं कुछ लोगो के साथ बैठा मातम कर रहा हूँ। पर मुझे यह ज्ञात नहीं कि कौन मर गया है। क्या यह सपना अजीब नहीं था ?

व्याख्या : अजीब होने पर भी यह आप की किसी समस्या के निवारण में सहायक हो सकता है। अपने से ईमानदारी से यह प्रश्न पूछिए : आप में कोई ऐसी

प्यारी आदत तो नहीं है, जो आप की प्रगति में विघ्न डाल रही हो। यह आदत धूम्र-पान, मद्यपान, आलस्य, झूठ बोलना, चोरी करना आदि कुछ भी करा सकती है। आप के विवेक ने इस सपने के माध्यम से आप को संकेत दिया है कि यदि आप इस आदत का परित्याग कर दें, तो आप की प्रगति अबाध होगी। सपने में चूँकि आप को ज्ञात नहीं था कि आप किस के लिए मातम कर रहे हैं, इसलिए यह जाहिर है कि आप के चेतन मन को अभी तक ज्ञात नहीं है कि आप की कौन सी आदत आप की प्रगति में बाधक है? गहराई से आत्मनिरीक्षण करने पर (या किसी मानसशास्त्री द्वारा करवाने पर) इस आदत का पता आप को लग जायेगा।

(११७) बच्चे का सपना

स्वप्न : मेरी आयु साठ वर्ष के लगभग है। फिर भी मुझे यह सपना अकसर दिखाई देता है कि मैं गर्भवती हूँ और शीघ्र ही एक बच्चे को जन्म दूँगी।

व्याख्या : आप किसी बच्चे की नहीं, अपने नव-जीवन की इच्छा अपने मन में सँजोये हुए हैं। आप के मन में या तो मृत्यु की कामना है, जिस के बाद आप को नया जीवन मिलेगा, या यह कामना है कि आप वर्तमान बन्धनों और जिम्मेदारियों से मुक्त हो जायें, ताकि आप की नयी जिन्दगी की शुरुआत हो सके। ये बन्धन और जिम्मेदारियाँ कौन-सी हैं, यह स्वयं आप ही जान सकती हैं।

(११८) मकड़ी

स्वप्न : क्या आप बता सकते हैं कि मुझे सपने में अकसर मकड़ी क्यों दिखाई देती है ?

व्याख्या : सपने में दिखाई पड़ी मकड़ी किसी ऐसे व्यक्ति का प्रतीक है, जो चुपचाप रहता है, पर मकड़ी की भाँति अप्रत्याशित क्षणों में आप की आलोचना कर या आप को नुकसान पहुँचा कर आप पर वार करता है। यह व्यक्ति आप का बाँस, पिता या कोई भी हो सकता है। मकड़ी के बारे में यह प्रसिद्ध है कि वह अपने किसी प्रेमी को जीवित ही नहीं छोड़ती। यदि आप किसी निष्ठुर प्रेमिका से प्रेम करते हैं, तो इस सपने के माध्यम से आप उस के असली रूप का ही दर्शन करते रहे हैं। मकड़ी का महीन ताना-बाना बुनने का गुण भी विख्यात है। इस प्रकार यह सपना इस बात का परिचायक भी हो सकता है कि आप में सूक्ष्म चिन्तन और बारीकी से किये गये कार्यों के प्रति रुचि बढ़ती जा रही है।

(११९) फौजी पोशाक

स्वप्न : सपने में मुझे दिखाई दिया कि मेरा बेटा, जो अभी सात-आठ साल का ही है, फौजी पोशाक पहने मुझ से विदा लेने आया है। मुझे याद नहीं पड़ता कि मैं ने या मेरी पत्नी ने कभी उसे फौज में भेजने के बारे में सोचा हो। फिर यह सपना क्यों ?

व्याख्या : फ़ौजी पोशाक अनुशासन और व्यवस्था का प्रतीक है। इस सपने से स्पष्ट है कि आप का बेटा आप का कहा नहीं मानता, और बहुत शैतान है। उसे अनुशासित करने तथा किसी नौकरी में व्यवस्थित करने की आप की इच्छा इस सपने में मूर्त हुई है। या, शायद आप उस के स्वभाव और उस की शैतानियों से इतना अधिक परेशान है कि उस के घर से चले जाने पर आप को अधिक कष्ट नहीं होगा।

(१२०) युद्ध

स्वप्न : सपने में मैं अपने को मध्ययुगीन युद्धों में भाग ले कर सेना-संचालन करते हुए देखता हूँ।

व्याख्या : सपने में युद्ध के दृश्य दिखाई देना इस बात का संकेत है कि स्वयं आप के अन्तर्मन में कोई संघर्ष छिड़ा रहता है। सपने में आप सेना-संचालन भी करते हैं, यह इस बात का द्योतक है कि आप लड़-झगड़ कर अपना रास्ता बनाने या दूसरों से अपनी बात मनवाने में विश्वास करते हैं। यदि इस युद्ध में आप की पराजय दिखाई दे, तो इस का अर्थ यह होगा कि आप का अवचेतन इस बात को जानता है कि संघर्ष द्वारा आप अपनी आकांक्षापूर्ति में सफल नहीं हो सकेंगे। युद्ध में आप की जीत होने के अर्थ होंगे कि आप को अपनी संघर्ष-नीति में पूरी आस्था है।

(१२१) बच्चे और बच्चे

स्वप्न : सपनों में बच्चों के दिखाई पड़ने के अर्थ क्या हो सकते हैं ?

व्याख्या : सपनों में दिखाई देने वाले बच्चों के प्रतीकों को समझना बड़ा मुश्किल काम है, क्योंकि बच्चे अनेकानेक विचारों और भावनाओं को व्यक्त करते हैं। पूरा विवरण जाने बिना ऐसे सपनों की व्याख्या करना बड़ा जोखिम का काम है। पर, साधारणतया, सपनों में दिखाई देने वाले बच्चे इन विचारों और भावनाओं को व्यक्त करते हैं : (१) यदि सपना देखने वाला व्यक्ति सपने में अपने-आप को एक शिशु के रूप में देखे, तो इस के अर्थ यह होगा कि वह एक असहाय व्यक्ति है, और दूसरों के हाथों में खेलता रहता है। (२) किसी महिला को सपने में बच्चे दिखाई दें, तो जाहिर है कि वह माता बनने की इच्छुक है। (३) यदि नये-नये बने पति को अपने बच्चे हमेशा रोते हुए ही दिखाई दें, तो यह इस बात का संकेत है कि वह अपने बच्चे से इस कारण, मन ही मन, ईर्ष्या करता है कि अब उस की पत्नी का ध्यान उस के स्थान पर बच्चे की ओर अधिक रहता है। (४) यदि किसी महिला को कोई परिचित वयस्क बच्चे के रूप में दिखाई दे, तो इस के अर्थ यह होंगे कि वह उस वयस्क की देखभाल करने की इच्छुक है। यदि यह बच्चा हमेशा रोता-झगड़ता ही दिखाई दे, तो यह समझना चाहिए कि वह महिला उस की देखभाल करने के विचार से प्रसन्न नहीं है। (५) हँसते हुए बच्चे के सपने इस बात का संकेत है कि सपना देखने वाले को

अपने बचपन के सुखी दिनों की याद आती है, और वह फिर उन दिनों को फिर से जीने का इच्छुक है।

(१२२) ऊँची दीवार पर चढ़ा प्रेमी

स्वप्न : कुछ पहले मैंने एक अजीब सपना देखा कि मैं एक ऊँची दीवार पर चढ़ने की कोशिश कर रही हूँ। दीवार के ऊपर बैठा एक व्यक्ति, जिस के मुझे सिर्फ हाथ दिखाई देते हैं, मुझे इस दीवार पर चढ़ने में मदद कर रहा है। तेज धूप की वजह से मुझे दीवार पर चढ़ने में बड़ी कठिनाई हो रही है।

व्याख्या : कहीं ऐसा तो नहीं है कि आप गुप्त रूप से किसी व्यक्ति को प्रेम करती हैं, और उस से विवाह भी करना चाहती हैं, लेकिन समाज, परिवार के लोग और उन के विचार आप को ऐसा नहीं करने देते। सपना बताता है कि आप चाहती हैं कि आप का प्रेमी, पच्छन्न रूप से, इन बाधाओं को दूर करने में आप की मदद करे। व्यक्ति का सिर्फ हाथ ही दिखाई दे रहा है, यह इस बात का संकेत है कि आप नहीं चाहती कि उस को आप को सहायता देने की बात का पता किसी को लगे।

(१२३) उड़नतश्तरी

स्वप्न : मुझे सपने में दिखाई दिया कि मैंने एक उड़नतश्तरी को पृथ्वी पर उतरते देखा है। इस उड़नतश्तरी पर सवार लोग मानवों से कुछ भिन्न होते हुए भी मानवों से अधिक मेहरबान लगे।

व्याख्या : जुंग ने कहीं कहा है कि उड़नतश्तरियों के सपने अधिकतर उन्हीं लोगों को दिखाई देते हैं, जो वास्तविक जीवन में अपने को अरक्षित और बेसहारा अनुभव करते हैं। आप को सपने की उड़नतश्तरी के लोग मेहरबान लगे, यह जुंग की धारणा की पुष्टि करता है। चूँकि आप अरक्षित और असहाय अनुभव करते हैं, इसलिए चाहते हैं कि अन्य ग्रहों के लोग उड़नतश्तरियों से आ कर आप की मदद करें।

(१२४) रेगिस्तान में दिया

स्वप्न : सपने में देखता हूँ कि एक विस्तृत रेगिस्तान में दिन में एक नन्हा-सा दिया जल रहा है।

व्याख्या : यह सपना इस बात का स्पष्ट संकेत है कि कोई समस्या आप को परेशान किये हुए है। उस का हल भी बड़ा सरल है, पर अभी तक वह आप की समझ में नहीं आ सका है। जब वह आप की समझ में आ जायेगा, तब आप स्वयं कहेंगे कि इतना आसान हल पहले मुझे क्यों नहीं सूझा।

(१२५) पुल

स्वप्न : मुझे सपने बहुत कम दिखाई देते हैं, मगर जब भी दिखाई देते हैं, तब उन में पुल ज़रूर रहता है। सिर्फ एक बार मैं ने एक पुल को टूटते देखा था, अन्यथा सभी पुल सुदृढ़ थे।

व्याख्या : पुलों के सपने साधारणतया शुभ ही होते हैं। पुल किसी खतरनाक या अगम्य स्थान को पार करने में आप की सहायता करता है। वह अकसर सपने में तभी दिखाई देता है, जब आप के सामने कोई कठिन समस्या उपस्थित हो, और उस के हल के लिए आप को किसी सुदृढ़ और निर्भरणीय व्यक्ति या वस्तु की दरकार हो, या आप को उस की तीव्र कामना हो। पुल का टूटना इस बात का द्योतक है कि यद्यपि आप को ऐसी निर्भरणीय या सुदृढ़ वस्तु उपलब्ध हो जायेगी, पर अपनी गलती से आप उस का ठीक उपयोग नहीं कर पायेंगे।

